



ХӨДӨЛМӨР, НИЙГМИЙН  
ХАМГААЛЛЫН ЯАМ



ЗАСГИЙН ГАЗРЫН ХЭРЭГЖҮҮЛЭГЧ АГЕНТЛАГ  
ГЭР БҮЛ, ХҮҮХЭД, ЗАЛУУЧУУДЫН  
ХӨГЖЛИЙН ГАЗАР



Олон Улсын  
Хөдөлмөрийн  
Байгууллага

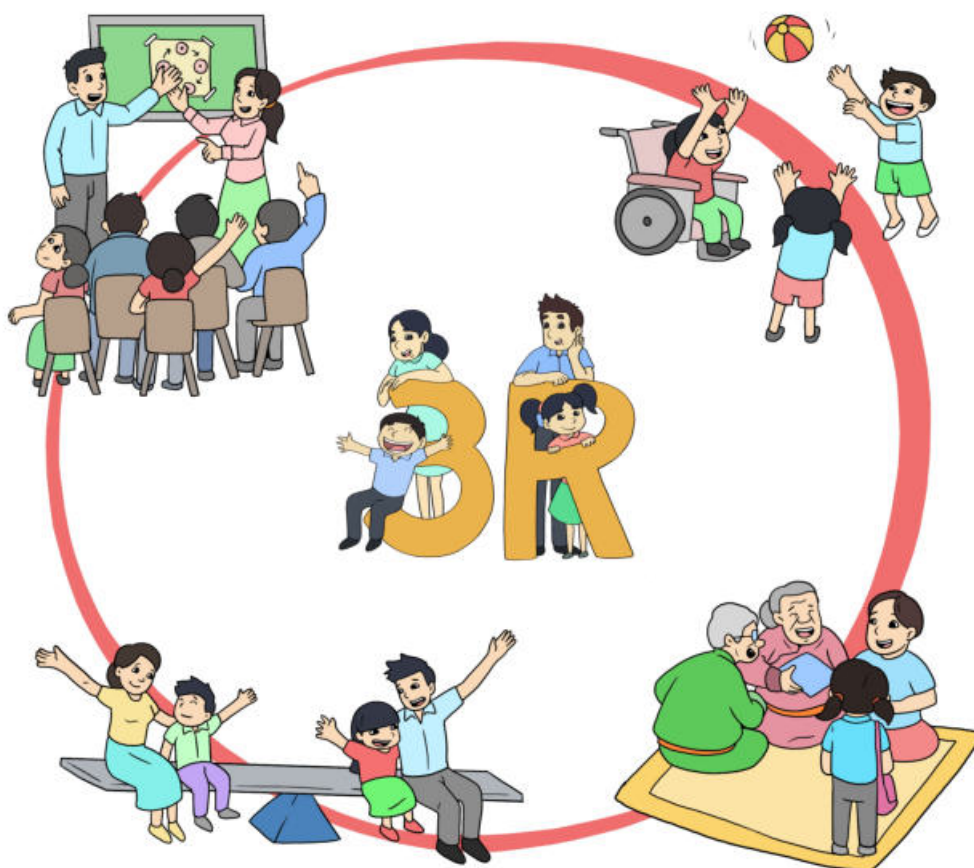


Европын Холбоо  
санхүүжүүлэв

# АМЬДРАХ УХААНЫ СУРГАЛТ

## Хүүхэд, залуучууд, гэр бүлийн эрх, үүрэг, оролцоо

### СУРГАГЧ БАГШИЙН ГАРЫН АВЛАГА



Бусакорн Суриясарн, Нелиэн Хаспелз, Розалинда Терхорст





ХӨДӨЛМӨР, НИЙГМИЙН  
ХАМГААЛЛЫН ЯАМ



ЗАСГИЙН ГАЗРЫН ХЭРЭГЖҮҮЛЭГЧ АГЕНТЛАГ  
ГЭР БҮЛ, ХҮҮХЭД, ЗАЛУУЧУУДЫН  
ХӨГЖЛИЙН ГАЗАР



Олон Улсын  
Хөдөлмөрийн  
Байгууллага



Европын Холбоо  
санхүүжүүлэв

# АМЬДРАХ УХААНЫ СУРГАЛТ

Хүүхэд, залуучууд, гэр бүлийн  
эрх үүрэг, оролцоо

## СУРГАГЧ БАГШИЙН ГАРЫН АВЛАГА

Бусакорн Суриясарн, Нелиэн Хаспелз, Розалинда Терхорст

Зохиогчийн эрх © Олон Улсын Хөдөлмөрийн Байгууллага 2020  
Анхны хэвлэл 2020

Олон улсын хөдөлмөрийн товчооны хэвлэл нийтлэл нь Зохиогчийн эрхийн тухай түгээмэл конвенцын 2 дугаар Протоколд заасны дагуу зохиогчийн эрх эдэлнэ. Гэвч эх сурвалжийг нь дурдсан тохиолдолд зөвшөөрөл авалгүйгээр тэдгээрээс иш татан ашиглаж болно. Дахин хэвлэх буюу орчуулах эрхийг авахын тулд ОУХТ-ны Хэвлэл нийтлэлийн албанд (Эрх, зөвшөөрөл) ILO Publications, International Labour Office, CH-1211 Geneva 22, Switzerland гэсэн хаягаар, эсвэл [rights@ilo.org](mailto:rights@ilo.org) гэсэн цахим шуудангаар хандана уу. Олон улсын хөдөлмөрийн товчоо ийм хүсэлтийг таатай хүлээн авах болно.

Хуулбарлах эрхийн байгууллагуудад бүртгэлтэй номын сан, байгууллага болон бусад хэрэглэгчид тэдэнд олгогдсон зөвшөөрлийн дагуу номыг олшруулж болно. Танай улсад буй хуулбарлах эрхийн байгууллагын талаар [www.ifrro.org](http://www.ifrro.org) хаягаар мэдээлэл авна уу.

*Амьдрах ухааны сургалтын багц: Хүүхэд, залуучууд, гэр бүлийн эрх, үүрэг, оролцоо*, Олон Улсын Хөдөлмөрийн Товчоо, БНХАУ, Монгол Улсыг хариуцсан товчоо – Бээжин: ОУХБ, 2020

ISBN:978-92-2-0325605 (хэвлэмэл) ISBN:978-92-2-0325612 (веб pdf)

Мөн Англи хэлээр: 3-R Trainers' Kit: Rights, Responsibilities and Representation for Children, Youth and Families. ISBN:978-92-2-0325599 (web pdf), Ulaanbaatar, 2020

### **МЭДЭГДЭЛ: 2020 ОНЫ ШИНЭЧИЛСЭН ХЭВЛЭЛ (МОНГОЛ, АНГЛИ ХУВИЛБАР)**

Энэхүү сургалтын багцыг Европын Холбооны санхүүжилтээр хэрэгжүүлж буй “Олон улсын хөдөлмөрийн хэм хэмжээний нийцэл, тайлагналтын үндэсний чадавхыг бэхжүүлэх замаар Европын Холбооны Хөнгөлөлтийн ерөнхий систем(GSP+)-д Монгол Улсын статусыг тогтвортой хадгалах нь төслийн II үе шат(MNG/17/50/EUR)”-ны хүрээнд зөвлөх Бусакорн Суриясарн, Х.Өлзийтунгалаг нар Засгийн газрын хэрэгжүүлэгч агентлаг Гэр бүл, хүүхэд, залуучуудын хөгжлийн газартай хамтран боловсруулав.

Энэхүү сургалтын багцын үндсэн мэдээллийг дараах эх үүсвэрээс авч, Монгол Улсын нөхцөлд нийцүүлэн боловсруулав: Empowerment for Children, Youth and Families: 3-R Trainers' Kit on Rights, Responsibilities and Representation, ISBN: 92-2-117849-8 (print), 92-2-117850-1 (web pdf), 92-2-117851-X (CD-ROM), Bangkok (2006) болон the 2017 edition, ISBN 978-92-2-130249-0 (print); 978-92-2-130250-6 (web pdf).

Уг сургалтын багцыг Европын Холбооны санхүүгийн дэмжлэгтэйгээр гаргав. Сургалтын багцад тусгагдсан үзэл бодол нь Европын Холбооны албан ёсны байр суурийг илэрхийлэхгүй болно.

НҮБ-ын практикт нийцүүлэн гаргадаг ОУХБ-ын хэвлэл нийтлэлд ашиглагдсан тодорхойлолт, тусгагдсан материалууд нь Олон улсын хөдөлмөрийн товчооны зүгээс аливаа улс орон, бүс, газар нутаг, эрх барих байгууллагын эрх зүйн байдал, эсвэл тэдгээрийн хил хязгаар тогтоохтой холбоотой ямарваа үзэл бодол илэрхийлээгүй болно.

Зохиогчтой өгүүлэл, судалгаа, бусад нийтлэлд илэрхийлэгдсэн үзэл бодлын талаарх хариуцлагыг гагцхүү зохиогч хүлээх бөгөөд Олон улсын хөдөлмөрийн товчооноос хэвлэн нийтэлсэн нь тэдгээрт илэрхийлсэн үзэл бодлыг хүлээн зөвшөөрсөн хэрэг биш юм.

Байгууллагуудын болон арилжааны зориулалттай бүтээгдэхүүний нэр, үйл явцын талаар дурдсан нь Олон улсын хөдөлмөрийн товчооны зүгээс тэдгээрийг сайшааж байгааг илэрхийлэхгүй бөгөөд тодорхой байгууллагын нэр, арилжааны зориулалттай бүтээгдэхүүн, үйл явцыг дурдаагүй нь ч тэдгээрийг үгүйсгэсэн асуудал биш болно.

ОУХБ-ын хэвлэл, цахим бүтээгдэхүүний талаарх мэдээллийг [www.ilo.org/publns](http://www.ilo.org/publns) хаягаар авах боломжтой.

Уг сургалтын багцын агуулга, түүнд илэрхийлэгдсэн үзэл бодлыг зохиогчид өөрсдөө хариуцах бөгөөд Олон улсын хөдөлмөрийн байгууллагын албан ёсны байр суурийг илэрхийлэхгүй болно.

Хавтасны болон дотор зургийг Ай Си Си Ди ХХК зурав.

Хэвлэлийн эх, график дизайныг Соёмбо принтинг ХХК-д бэлтгэж, Монгол Улсад хэвлэв.

## ӨМНӨХ ҮГ

Сүүлийн 10 жилд Монгол Улсын Засгийн газраас Хүүхдийн хөдөлмөрийн тэвчишгүй хэлбэрийн тухай Олон улсын хөдөлмөрийн байгууллага(ОУХБ)-ын 1999 оны 182 дугаар конвенц болон Албадан хөдөлмөрийн тухай 1930 оны 29 дүгээр конвенцыг хэрэгжүүлэх чиглэлд олон тодорхой арга хэмжээг авч хэрэгжүүлсэн билээ. Энэхүү хүчин чармайлт нь “Тогтвортой хөгжлийг хангах хөтөлбөр 2030”-ын хүрээнд дэвшүүлсэн 2030 он гэхэд албадан хөдөлмөр, орчин үеийн боолчлол, хүн худалдаалах гэмт хэргийг, 2025 он гэхэд хүүхдийн хөдөлмөрийн бүх хэлбэрийг устгах зорилтуудтай бүрэн нийцэж байгаа юм.

Тогтвортой хөгжлийн эдгээр зорилтыг хэрэгжүүлэхийн тулд өнөөгийн нөхцөл дэх хүүхдийн болон албадан хөдөлмөрийн талаарх ойлголтыг дээшлүүлэх шаардлага зайлшгүй байгааг холбогдох талууд онцолж байна. Хүүхдийн хөдөлмөр, албадан хөдөлмөр болон бусад хэлбэрийн хүчирхийлэлд өртөж болзошгүй хүүхэд, залуучууд, гэр бүлтэй ажиллах чиг үүрэг бүхий төрийн болон иргэний нийгмийн байгууллагуудын хувьд ийм хэрэгцээ шаардлага бүр чухлаар тавигдаж байгаа юм.

“Амьдрах ухааны сургалт: Хүүхэд, залуучууд, гэр бүлийн эрх, үүрэг, оролцоо” сэдэвт сургагч багшид зориулсан сургалтын энэхүү багц нь энэ чиглэлээр үйл ажиллагаа явуулдаг төрийн болон төрийн бус байгууллагууд, оролцогч талуудын чадавхыг бэхжүүлэх зорилготой. ОУХБ-аас анх 2006 онд боловсруулан гаргасан уг сургалтын багц гарын авлага олон оронд амжилттай хэрэглэгдэж байгаагийн дотор Монгол Улсад ОУХБ-АЙПЕК хөтөлбөрийн хүрээнд 2007 оноос хэрэглэж эхэлсэн юм. Хөдөлмөр, нийгмийн хамгааллын яам, Засгийн газрын хэрэгжүүлэгч агентлаг Гэр бүл, хүүхэд, залуучуудын хөгжлийн газар (ГБХЗХГ) энэхүү сургалтын багц гарын авлагыг төрийн болон төрийн бус байгууллагуудын чадавхыг бэхжүүлэхэд хамгийн тохиромжтой, ач холбогдолтой хэмээн үзэж, Монголын нөхцөлд нийцүүлэн боловсруулахаар шийдвэрлэсэн билээ.

ОУХБ-аас Европын Холбооны дэмжлэгтэйгээр хэрэгжүүлж буй төслийн<sup>1</sup> хүрээнд уг багц гарын авлагыг ийнхүү шинэчлэн боловсруулж, агуулгыг үндэсний сургагч багш нараар хэлэлцүүлэн баталгаажууллаа. Энэхүү сургалтын багцыг олон хүн ашиглаж, хамгийн хэрэгцээтэй зорилтот бүлэгтээ хүрч үр өгөөжөө өгнө гэж найдаж байна. Энэ цаг үед нүүрлээд буй КОВИД-19 цар тахал эмзэг бүлгийн, ялангуяа хүүхдийн аж байдалд хар сүүдрээ тусгаж, шинэ эрсдэл үүсгэж байна. Үүнээс үүдээд ирэх жилүүдэд эдийн засагт гарч болзошгүй таагүй өөрчлөлтийн нөхцөлд дэлхий даяар засгийн газар, төрийн байгууллагууд, хувийн хэвшил, үйлдвэрчний эвлэлүүд болон иргэний нийгмийн байгууллагууд 2025 он гэхэд хүүхдийн хөдөлмөрийн бүх хэлбэрийг, 2030 он гэхэд албадан хөдөлмөр, орчин үеийн боолчлол, хүн худалдаалах гэмт хэргийг устгах зорилтуудыг хэрэгжүүлэх тун амаргүй сорилттой тулгарч байна. Энэхүү үйлсэд уг сургалтын багц бага ч болов хувь нэмрээ оруулна гэж найдаж байна.

Энэхүү багц гарын авлагыг шинэчлэн боловсруулж гаргах боломжийг бүрдүүлж, санхүүгийн харамгүй туслалцаа үзүүлсэн Европын Холбоонд ОУХБ, ГБХЗХГ гүн талархлаа илэрхийлье. Тогтвортой хөгжлийн хөтөлбөрийн хэнийг ч орхигдуулахгүй хамтдаа хөгжих зарчмыг хэрэгжүүлэхэд тус дөхөм болж, хүн амын эмзэг бүлгийг дэмжих чиглэлд бидний хамтын ажиллагаа үргэлжилнэ гэж найдаж байна.

Мижидсүрэнгийн Энх-Амар  
Засгийн газрын хэрэгжүүлэгч агентлаг  
Гэр бүл, хүүхэд, залуучуудын  
хөгжлийн газрын дарга

Клэйр Куртье-Мюлдэр  
ОУХБ-ын БНХАУ, Монгол Улсыг  
хариуцсан товчооны захирал

<sup>1</sup> Төслийн бүтэн нэр: “Олон улсын хөдөлмөрийн хэм хэмжээний нийцэл, тайлагналтын үндэсний чадавхыг бэхжүүлэх замаар Европын Холбооны Хөнгөлөлтийн ерөнхий систем(GSP+)-д Монгол Улсын статусыг тогтвортой хадгалах нь төслийн II үе шат” (MNG/17/50/EUR)



## АГУУЛГА

Өмнөх үг		iii
Талархал		ix
Гарын авлагын агуулга		
<b>1-Р ХЭСЭГ</b>	<b>Амьдрах ухааны сургалтын багцын тухай</b>	<b>1</b>
1.1	Амьдрах ухааны сургалт гэж юу вэ?	1
1.2	Амьдрах ухааны сургалтын багц хэрхэн бий болсон бэ?	
1.3	Амьдрах ухааны сургалт Монгол улсад яагаад хэрэгтэй вэ?	
1.4	Амьдрах ухааны сургалтын зорилго юу вэ?	
1.5	Амьдрах ухааны сургалт хэнд зориулагдсан бэ?	
1.6	Амьдрах ухааны сургалтын багцыг хэн хэрэглэж болох вэ?	3
<b>2-Р ХЭСЭГ</b>	<b>Амьдрах ухааны сургалтын багцын бүтэц, агуулга</b>	<b>4</b>
2.1	Бүтэц	4
2.2	Агуулга	7
<b>3-Р ХЭСЭГ</b>	<b>Амьдрах ухааны сургалтыг үр дүнтэй явуулах зөвлөмж</b>	<b>9</b>
3.1	Оролцооны аргад суурилсан сургалтын арга зүй	9
3.2	Амжилттай суралцахуйн зарчмууд болон практик	12
3.3	Хэрхэн сайн сургагч багш болох вэ?	13
3.4	Зорилтот бүлгүүдтэй ажиллахад анхаарах зөвлөмж	14
3.4.1	Хүүхдүүд	14
3.4.2	Хөдөлмөр эрхэлдэг хүүхдүүд	15
3.4.3	Охид эмэгтэйчүүд	16
3.4.4	Үндэстний болон шашны цөөнхийн бүлэг	17
3.4.5	Боловсрол багатай хүмүүс болон тусгай хэрэгцээтэй хүмүүс	17
3.4.6	Насанд хүрэгчид	17
3.5	Багуудтай ажиллах зөвлөмж	18
3.6	Амьдрах ухааны сургалтыг үр дүнтэй төлөвлөхөд жендэрийн асуудлыг харгалзах зөвлөмж	20
3.6.1	Амьдрах ухааны сургалт зохион байгуулж, төлөвлөхдөө жендэрийн асуудлыг харгалзах зөвлөмж	21
3.6.2	Амьдрах ухааны сургалт явуулахад шаардлагатай жендэрийн тухай зөвлөмжүүд	23
<b>4-Р ХЭСЭГ</b>	<b>Амьдрах ухааны сургалтыг төлөвлөх</b>	<b>25</b>
4.1	Амьдрах ухааны сургалтын төлөвлөлт болон хэрэгцээний судалгаа	25
4.2	Сургалтын баг болон оролцогчдыг сонгох	26
4.3	Сургалтын хөтөлбөр боловсруулах	29
4.4	Эргэх холбоо болон үнэлгээ	30
4.5	Баримтжуулах, тайлан бичих	31

<b>5-Р ХЭСЭГ</b>	<b>Сургагч багш нарыг бэлтгэх</b>	<b>33</b>
5.1	Сургалтын зорилго, хөтөлбөрөө мэдэх	33
5.2	Оролцогчдын талаар мэдээлэл авах	33
5.3	Багийн динамикийг ойлгох	
5.4	Сургалт явуулах газар, анги танхимаа сонгох	
5.5	Суудал зохион байгуулалт	
5.6	Цаг төлөвлөлт	
5.7	Хичээлийн төлөвлөгөө, сургалтын хэрэглэгдэхүүн, сургалтын графикаа бэлдэх нь	
5.8	Тоглоом, сэргээх дасгал хэрэглэх нь	39
<b>6-Р ХЭСЭГ</b>	<b>Сургалт бүрийн эхлэл болон төгсгөл</b>	<b>40</b>
Танилцах дасгал 1.1:	Оролцогчид болон Сургалтын хөтөлбөрийг танилцуулах (Сургагч багш нарт зориулсан сургалт)	41
Танилцах дасгал 1.2:	Оролцогчид болон Сургалтын хөтөлбөрийг танилцуулах (Хүүхэд, залуучууд, гэр бүлд зориулсан амьдрах ухааны сургалт)	45
Танилцах дасгал 2:	Оролцогчдын хүлээлт болон хувь нэмрийг уялдуулах	48
Төгсгөлийн дасгал 1:	Ажлын төлөвлөгөө гаргах	51
Төгсгөлийн дасгал 2:	Төгсгөлийн үнэлгээ	54
<b>7-Р ХЭСЭГ</b>	<b>Сургалтын хэрэглэгдэхүүн</b>	<b>56</b>
1:	Товч мэдээлэл: Амьдрах ухааны сургалтын багц	56
2:	Бүртгэлийн хуудасны загвар 1: “Амьдрах ухааны сургалт”-ын сургагч багшаар нэр дэвшигчийн товч мэдээлэл	58
3:	Бүртгэлийн хуудасны загвар 2: “Амьдрах ухааны сургалт”-д оролцогчийн товч мэдээлэл	59
4:	Зохион байгуулагчийн хяналтын хуудас: Сургалтын төлөвлөлт	60
5:	Сургагч багш нарт зориулсан амьдрах ухааны сургалтын хөтөлбөрийн загвар	61
6:	Хүүхэд залуучуудад зориулсан амьдрах ухааны сургалтын хөтөлбөрийн загвар	62
7:	Эцэг эхчүүдэд зориулсан амьдрах ухааны сургалтын хөтөлбөрийн загвар	63
8:	Оролцоонд суурилсан сургалтын цикл	64
9:	Сургалтын дараах ажлын төлөвлөгөө	65
10:	Сургалтын өдөр тутмын үнэлгээний хуудас	66
11:	Сургалтын төгсгөлийн үнэлгээний хуудас	67
12:	Сургалтын тайлангийн агуулгын загвар	69
13:	Семинарын хичээлийн зураглал	70
14:	Сургагч багшид зориулсан хяналтын хуудас: Сургалтын бэлтгэл	71
15:	Идэвхжүүлэх, сэргээх дасгал тоглоомын жишээ	72



<b>8-Р ХЭСЭГ</b>	<b>Сургагч багшид зориулсан нэмэлт мэдээлэл</b>	<b>76</b>
	А: Эерэг харилцаа, шийдвэр гаргах үйл явцыг дэмжих	76
	Б: Жендэрийн тэгш байдлын үзэл баримтлал	77
	В: Жендэрийн эрх тэгш байдлыг хангах стратеги	79
	Г. Хүйсийн баримжаа ба бэлгийн чиг баримжаа	83
	Д: Ялгаварлан гадуурхалт	85
	Е: Жендэрт суурилсан хүчирхийлэл	86
	Ё: Нэр томъёоны тайлбар	87
<b>Унших материал</b>		<b>90</b>



## ТАЛАРХАЛ

Монгол Улсын нөхцөлд нийцүүлэн боловсруулсан энэхүү багц гарын авлага нь ГБХЗХГ, ОУХБ-ын хамтын ажиллагаа, тууштай хүчин чармайлтын үр дүн юм.

Энэхүү ажилд олон улсын зөвлөх Бусакорн Суриясарн мэргэжил, арга зүйн зөвлөгөө өгч үнэтэй хувь нэмэр оруулсныг талархан тэмдэглэж байна.

Мөн ГБХЗХГ-аас байгуулсан сургалтын багцыг шинэчлэн боловсруулах ажлын хэсгийн дараах гишүүдэд талархлаа илэрхийлье. Үүнд:

- Пүрэвсүрэнгийн Алгирмаа (Модуль 4, 9, 10)
- Гомбын Ариунчимэг (Модуль 11)
- Жанцандоржийн Азжаргал (Модуль 2, 4, 9)
- Батсүхийн Батсайхан (Модуль 1, 3)
- Цанлигийн Баттуяа (Модуль 4)
- Сосорбурамын Болорцэцэг (Модуль 10, 11)
- Шархүүгийн Галбадрах (Модуль 6, 7)
- ЛГБТ Төв (Модуль 6)
- Баянбаатарын Оюундарь (Модуль 5, 8)
- Борбандийн Санжид (Модуль 3)
- Хуажингийн Өлзийтунгалаг (Сургагч багшийн гарын авлага).

Түүнчлэн энэхүү ажлыг санаачлан эхлүүлж, дэмжсэн ГБХЗХГ-ын дарга асан Очирбатын Алтансүх, дэд дарга Болдбаатарын Халиун нарт талархаж байна. Сургалтын багцыг үндэсний нөхцөлд тохируулан боловсруулахад шаардагдах мэдээллээр хангаж, монгол орчуулгыг хянан дэлгэрэнгүй санал, зөвлөмж өгч хувь нэмрээ оруулахын зэрэгцээ уг ажлыг уялдуулан зохицуулах үүрэг гүйцэтгэсэн ГБХЗХГ-ын Гэр бүл, хүүхэд хамгааллын бодлогын хэрэгжилт хариуцсан ахлах мэргэжилтэн Жанцандоржийн Азжаргал, Монгол Улсын Боловсролын Их Сургуулийн Нийгмийн ажлын тэнхимийн ахлах багш Хуажингийн Өлзийтунгалаг нарт талархлаа илэрхийлье. Мөн орчуулагчаар ажилласан Ванжилын Бэрцэцэг, Баттулгын Нармандах, монгол хэлээрх хувилбарыг хянан тохиолдуулсан Балчиндоржийн Туяа нарт талархаж байна.

ОУХБ-ын зүгээс уг ажилд Амгалангийн Лхагвадэмбэрэл, Баярсайханы Баярцэцэг, Бээжин дэх товчооны Париссара Льюкийт, Бангкок дахь Зохистой хөдөлмөрийг дэмжих багийн Хөдөлмөрийн хүрээний суурь зарчим ба эрхийн асуудал хариуцсан ахлах мэргэжилтэн Барати Флюг нар хөтөлбөрийн, захиргааны болон мэргэжил, арга зүйн дэмжлэг үзүүлж ажилласан болно.



# 1 Амьдрах ухааны сургалтын багцын тухай

## 1.1 АМЬДРАХ УХААНЫ СУРГАЛТ ГЭЖ ЮУ ВЭ?

Амьдрах ухааны сургалтын багц буюу Хүүхэд, залуучууд, гэр бүлийн эрх, үүрэг, оролцоо – товчдоо Сургалтын багц нь хүүхэд, залуучууд, тэдний гэр бүлийнхэнд, ялангуяа хүүхдийн албадан хөдөлмөр эрхлэлт, хөдөлмөрийн болон бэлгийн мөлжлөгийн зорилгоор хүн худалдаалах гэмт хэргийн хохирогч болох эрсдэл өндөртэй нөхцөлд амьдардаг хүүхэд, залуучууд, эмэгтэйчүүдэд чиглэсэн интерактив сургалтын хэрэгсэл юм. Сургалтын багц нь амьдралын хүнд нөхцөлд байгаа хүүхэд, залуучууд, насанд хүрэгчдэд, өөрсдийнх нь оролцоонд суурилсан хэлбэрээр хүүхдийн хөдөлмөр, жендэрийн тэгш байдал, эрх, үүрэг хариуцлагын талаарх ойлголт, мэдлэгийг нэмэгдүүлэхэд чиглэсэн сургагч багш, нийгмийн ажилтнуудад зориулсан сургалтын хэрэгсэл юм.

Сургалтын багцын гол зорилго нь орон нутагтаа амьдарч байгаа хүүхэд, залуучууд болон насанд хүрэгчид, түүнчлэн өөр нутагт эсвэл гадаадын улс оронд ажиллаж, амьдарч байгаа шилжин суурьшигчдад амьдрах ухааны чадваруудыг олгоход оршино. Өөрийн эрх болон ур чадварыг илүү сайн ойлгосноор мэдээлэлд суурилж амьдралынхаа чухал шийдвэрүүдийг гаргах, хамгийн өгөөжтэй ажлын боломжуудыг хайх, өөрийн гэр бүл, орон нутаг, ажлын байрандаа өөрийн дуу хоолойгоо хүргэх чадвар нь сайжирна. Амьдрах ухааны сургалтын багцыг 2006 онд Олон Улсын Хөдөлмөрийн Байгууллагаас (ОУХБ) англи хэл дээр боловсруулан гаргаснаас хойш хэд хэд оронд хэрэглэх зорилгоор тухайн улс орны соёлын онцлогт тохируулан боловсруулсан байна. Амьдрах ухааны сургалтын багцын 2020 оны энэхүү хэвлэл нь Монгол орны онцлог нөхцөлд тохируулан боловсруулагдсан болно.

## 1.2 АМЬДРАХ УХААНЫ СУРГАЛТЫН БАГЦ ХЭРХЭН БИЙ БОЛСОН БЭ?

Хүн амын эмзэг хэсэг болох ядуу, бага орлоготой, эсвэл үндэсний болон шашны цөөнхөд хамрагдах хүмүүс, мөн шилжин суурьшсан иргэд нийгмийн шударга бус байдлын золиос болж, янз бүрийн мөлжлөгт өртөх эрсдэл өндөртэй байдаг. Тэр дундаа хүүхэд, залуучууд, эмэгтэйчүүд тухайн улсынхаа уламжлал, зан заншил зэргээс шалтгаалаад гэр бүлдээ ч, нийгэмд ч бусдаас доогуур хэмжээнд үнэлэгдэх нь түгээмэл байдаг тул илүү бэрхшээлтэй тулгардаг. Тэдний ийм байр суурь нь бусдын зүгээс тэдний эрхийг үл ойшооход хүргэх нь бий. Энэ байдлаасаа болоод тэдний өөрийгөө үнэлэх үнэлэмж нь доогуур, бусдаас тусгаарлагдмал, мэдээллээс алслагдсан байх нь элбэг.

Хүн амын ядуу эмзэг бүлгийнхэн эдийн засгийн мөлжлөгт өртөж байна. Ядуурал, боловсрол эзэмших боломж хомс байдал, эдийн засгийн хөгжил, хүний эрхийн зөрчилтэй холбоотойгоор хүүхдийн хөдөлмөр тулгамдсан асуудал болсон хэвээр байна. 2012 оны байдлаар дэлхий дахинаа 5-17 насны 168 сая хүүхэд буюу нийт хүүхдийн 10% нь хөдөлмөр эрхэлж байна гэсэн тоо байна. Үүнээс 120 сая буюу 72% нь 5-14 насны, 85 сая буюу 51% нь хүнд хортой нөхцөлд ажиллаж байв<sup>2</sup>. Дэлхий даяар 2017 оны байдлаар 5-17 насны 151 сая гаруй хүүхэд буюу арван хүүхэд тутмын нэг нь хүүхдийн хөдөлмөр эрхэлж байна. 2011-2012 оны Монголын хүүхдийн хөдөлмөрийн судалгааны дүнгээр судалгаанд хамрагдсан 5-17 насны 93 968 хүүхдийн 15,9 хувь нь эдийн засгийн үйл ажиллагаа эрхэлж байна. Харин 2013, 2018 онд хийгдсэн хүүхдийн хөдөлмөрийн үндэсний түүвэр судалгаагаар Монголын зургаан хүүхдийн нэг нь хүүхдийн хөдөлмөр эрхэлж байгааг тогтоожээ.

Хүүхдийн хөдөлмөр эрхэлж байгаа ихэнх хүүхэд хөдөө аж ахуйн салбарт ажиллаж байна. Ажил эрхэлж буй нийт хүүхдийн дунд хөдөө орон нутгийн хүүхдүүдийн эдийн засгийн үйл ажиллагааны оролцоо буюу ажил эрхлэлтийн эзлэх хувь өндөр байна. Охидуудтай харьцуулахад хөвгүүд барилга, уул уурхайн салбар зэргээр хүнд аюултай ажил эрхэлж байна. Туслах малчин хүүхдүүд

<sup>2</sup> Эх сурвалж: Global Child Labour Trends 2008-2012 (ILO: Geneva, 2013).

болон хурдан морь унаач хүүхдүүд ч аюултай эрсдэлтэй нөхцөлд ажиллаж байна.

Хүүхдийн хөдөлмөрийн эсрэг, хүн худалдаалах гэмт хэргийн эсрэг хөтөлбөрүүд хэрэгждэг ч жендэрийн болон насны тэгш бус байдал, нөхцөл байдлыг төдий л сайн тооцоолж чадаагүй байх нь хөтөлбөрийн үр дүнд нөлөөлж байдаг. Өөрөөр хэлбэл эмэгтэйчүүд болон хүүхдүүдийн хэрэгцээ, тэдэнд тулгамдаж буй асуудлуудыг зохих хэмжээнд харгалзахгүй байна гэсэн үг. Ингэснээрээ хөгжлийн хөтөлбөрүүдийн хүрч болох амжилтыг бууруулж байгаа юм. Хүүхдийн хөдөлмөрийн мөлжлөг, хүн худалдаалах гэмт хэрэг, хүний эрхийн зөрчлийн асуудлыг жендэр, нас, гэр бүлийн асуудалтай холбож, тэдгээрийг нийгмийн болон эдийн засгийн тэгш бус байдалтай уялдуулан ойлгож шийдвэрлэх нь эмзэг бүлгийнхний эрх болон боломжийг хангах, хөдөлмөрлөх эрх болон хүний эрхийн зөрчлийг устгахад шийдвэрлэх ач холбогдолтой юм.

### 1.3 АМЬДРАХ УХААНЫ СУРГАЛТ МОНГОЛ УЛСАД ЯАГААД ХЭРЭГТЭЙ ВЭ?

Сүүлийн 10 жилийн хугацаанд Монгол Улс Албадан хөдөлмөрийн конвенцын зарчмуудыг хэрэгжүүлэх, хүүхдийн хөдөлмөрийн тэвчишгүй хэлбэрийг устгах чиглэлээр тодорхой арга хэмжээ авч ирсэн. Гэсэн хэдий ч хүүхдийн хөдөлмөр, албадан хөдөлмөрийн талаарх ойлголт мэдлэг хангалтгүй, холбогдох хууль тогтоомж, олон улсын хөдөлмөрийн стандартын (IILS) хэрэгжилтэд хяналт тавих төрийн байгууллага, төрийн албан тушаалтнуудын боломж хязгаарлагдмал байгаа нь олон нийт, зорилтот бүлгүүд болон хүчирхийллийн хохирогч нартай ажиллахад мэдлэг чадварыг нэмэгдүүлэх, урьдчилан сэргийлэх, нөхөн сэргээх ажилд саад учруулж байна.

Гэр бүл, хүүхэд, залуучуудын хөгжлийн газар (ГБХЗХГ), Хөдөлмөр, нийгмийн хамгааллын яам (ХНХЯ) нь Амьдрах ухааны сургалтын багцыг төрийн байгууллагуудын хувь хүний болон зохион байгуулалтын чадавхыг бэхжүүлэхэд хамгийн тохиромжтой хэрэгсэл хэмээн тодорхойлжээ. Амьдрах ухааны сургалтын багцыг Монголын нөхцөлд нийцүүлэн боловсруулах ажлыг ХНХЯ, ГБХЗХГ хамтран 2019 оны 8-р сараас 2020 оны 3-р саруудад ОУХБ-ын техникийн дэмжлэгтэйгээр “Олон улсын хөдөлмөрийн хэм хэмжээний нийцэл, тайлагналтын үндэсний чадавхыг бэхжүүлэх замаар Европын Холбооны Хөнгөлөлтийн ерөнхий систем (GSP+)-д Монгол Улсын статусыг тогтвортой хадгалах нь төслийн II үе шат”-ны хүрээнд хэрэгжүүлж байна.

### 1.4 АМЬДРАХ УХААНЫ СУРГАЛТЫН ЗОРИЛГО ЮУ ВЭ?

Хүүхдийн хөдөлмөрийн мөлжлөг, хүн худалдаалах гэмт хэрэг, хөдөлмөрлөх эрх болон хүний эрхийн бусад зөрчилтэй тэмцэх алхмуудын үр нөлөөг дээшлүүлэхэд жендэрийн тэгш эрхийг дэмжих асуудал ихэд чухал болохыг олон улс орны практик туршлага харуулж байна. Сургалтын энэхүү багц нь хүүхдийн хөдөлмөр, жендэрийн тэгш эрх, хүний эрхийн чиглэлийн сургалтын хөтөлбөрүүдийн туршлагыг нэгтгэсэн болно. Энэхүү багцад Зүүн болон Зүүн өмнөд Азийн орнуудад үндэсний болон олон улсын түвшинд хэрэгжиж байгаа болон өмнө нь явагдаж байсан амьдрах ухааны болон хөдөлмөрийн боловсролын сургалтуудын ололт амжилтыг тусгасан болно. Хүүхэд, эмэгтэйчүүдийн эрхийн сургалтын агуулгад хөдөлмөрийн хэмжээсийг нэмж, хөдөлмөрийн боловсролын хүрээнд амьдрах ухааны чадварыг тусгасан нь залуу шилжин суурьшигчид болон хүүхдийн хөдөлмөр, хүний эрхийн зөрчлийн хохирогч болох эрсдэлтэй бүх хүнд нэн чухал ач холбогдолтой юм. Хөвгүүд, эрэгтэйчүүдийн зэрэгцээ охид, эмэгтэйчүүдийн эрх болон боломжийг нэмэгдүүлэх сайн туршлага нь 3-R Kit-ээр дамждаг.

Ингэснээрээ хүүхэд, эмэгтэйчүүдийг, шилжин суурьшигчдыг өмнө нь дурдсан нөхцөл байдлын хохирогч болохоос сэргийлж, хүний эрхийн талаар болон хөдөлмөр эрхлэхэд нь шаардлагатай ур чадвар, мэдлэг мэдээллээр хангах боломжтой болж байна. Сургалтын багц нь зөвхөн охид эмэгтэйчүүд гэлтгүй хөвгүүд, эрэгтэйчүүдийг ч чадавхижуулах зорилготой юм.

Сургалтын багцын үндсэн зорилго нь:

- Эрсдэл өндөртэй орон нутаг болон ажлын байранд хүүхэд залуучууд, тэдний гэр бүлийнхэнд

хүүхдийн эрх, ажиллагчдын эрх болон жендэрийн тэгш эрхийн тухай ойлголт мэдлэгийг нэмэгдүүлэх

- Эдгээр орчин нөхцөлд ажиллаж амьдарч байгаа хүүхэд залуучууд, насанд хүрэгчдэд мэдлэг мэдээлэл түгээж, амьдрах ухааны чадвар олгох замаар нийгмийн болон жендэрийн асуудал бэрхшээлийг багасгах
- Ядуу болон нэн ядуу гэр бүлүүд, ялангуяа хүүхэд эмэгтэйчүүдийг чадавхижуулж, мэдлэг мэдээлэлд суурилж амьдралын чухал шийдвэр гаргах, орон нутаг, ажлын байрандаа өөрсдийн дуу хоолой, санал бодлоо илэрхийлж сурахад нь туслахад оршино.

## 1.5 АМЬДРАХ УХААНЫ СУРГАЛТ ХЭНД ЗОРИУЛАГДСАН БЭ?

Амьдрах ухааны сургалтын зорилтот бүлэг нь:

- Хүүхэд, залуучууд, мөн хүүхдийн хөдөлмөрийн мөлжлөгт өртөх эрсдэл бүхий хүүхдүүдийн эцэг эхчүүд, албан бус салбарын үйлдвэр, жижиг дунд бизнесийн талбар, хөдөө аж ахуй, худалдаа, үйлчилгээний салбарт хөлсөөр ажиллаж байгаа болон ажиллаж байсан хүүхэд залуучууд
- Гэрийн үйлчилгээний ажил эрхэлдэг хүүхэд, насанд хүрэгчид
- Үзвэр үйлчилгээний салбарт ажилладаг залуучууд
- Шилжин суурьшигчдын болон хүний наймааны илгээгч болон хүлээн авагч оронд амьдардаг хүүхэд, залуучууд
- Хүн худалдаалах гэмт хэргээс аврагдсан охид, хөвгүүд, насанд хүрэгчид

Амьдрах ухааны сургалтын багцад орсон дасгалууд нь насны 3 бүлэгт зориулагдсан болно:

- 5-17 насны хүүхэд (ихэнх дасгалууд нь 8 ба түүнээс дээш насны хүүхдэд зориулагдсан болно)
- 15-24 насны залуучууд
- 25 ба түүнээс дээш насны насанд хүрэгчид

## 1.6 АМЬДРАХ УХААНЫ СУРГАЛТЫН БАГЦЫГ ХЭН ХЭРЭГЛЭЖ БОЛОХ ВЭ?

Энэхүү багцын шууд хэрэглэгчид нь хүүхдийн хөдөлмөр эрхлэлт, хөдөлмөрийн болон бэлгийн мөлжлөгийн зорилгоор хүн худалдаалах гэмт хэргийн хохирогч болох эрсдэл өндөртэй нөхцөлд ажиллаж амьдардаг хүүхэд, эмэгтэйчүүдтэй ажилладаг төрийн болон ТББ-ын төлөөлөл, ОУХБ, НҮБ-ын түнш байгууллагуудын төлөөлөл болох сургагч багш нар юм.

Тэдгээр сургагч багш нар нь:

- Мэргэшсэн сургагч багш нар
- Хүүхэд, залуучууд, гэр бүлд үйлчилгээ үзүүлдэг төрийн албан хаагч, үүнд хөдөлмөрийн хяналтын улсын байцаагч нар
- Хүүхэд, залуучууд, гэр бүлтэй ажиллах чиг үүрэг бүхий ТББ-ын ажилтнууд
- Албан болон албан бус боловсролын багш нар
- Нийгмийн ажилтан, хөгжлийн ажилтан, орон нутгийн хөгжлийн хөтөлбөрийг хэрэгжүүлэгчид
- Үе тэнгийн сургагч, залуучууд
- Залуучууд, эмэгтэйчүүд, орон нутгийн идэвхтнүүд байна.

Амьдрах ухааны сургалтын багцыг хэрэглэх мэдлэг чадвар эзэмшихийн тулд сургагч багш нарын 5 өдрийн сургалтад хамрагдах шаардлагатай. Сургагч багш нар өмнө нь хүүхэд, залуучууд, боловсролын түвшин доогуур насанд хүрэгчидтэй ажиллаж байсан туршлагатай байх хэрэгтэй.

## 2 Амьдрах ухааны сургалтын багцын бүтэц, агуулга

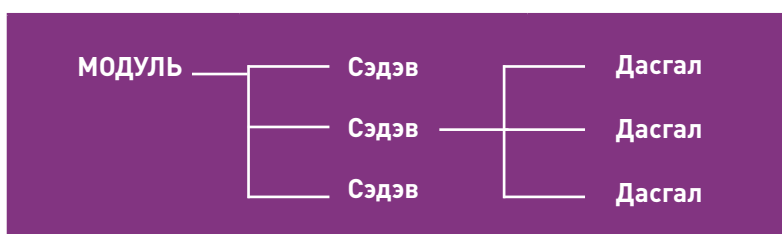
### 2.1 БҮТЭЦ

Амьдрах ухааны сургалтын багц нь сургагч багшийн гарын авлага болон сургалтын 11 модулиас бүрдэх бөгөөд тусдаа 12 ном болон хэвлэгдсэн болно.

Сургагч багшийн гарын авлага нь багцыг ерөнхийд нь танилцуулж, Амьдрах ухааны сургалтын арга зүй, сургалтыг алхам алхмаар хэрэгжүүлэх зааварчилгааг санал болгож байгаа юм. Сургагч багшийн гарын авлага нь дараах 8 хэсгээс бүрдэнэ.

Сургагч багшийн гарын авлагын бүтэц		
Хэсэг	Сэдэв	Зорилго
1.	Амьдрах ухааны сургалтын багцын тухай	Багцын тухай товч танилцуулах: мөн чанар, ач холбогдол, зорилго, хэнд зориулагдсан
2.	Амьдрах ухааны сургалтын багцын бүтэц, агуулга	Багцын агуулга, бүтцийн тухай товч танилцуулах
3.	Амьдрах ухааны сургалтыг үр дүнтэй явуулах зөвлөмж	Оролцоонд суурилсан сургалтын арга зүйг тайлбарлаж, хэрхэн сайн сургагч багш байх, зорилтот бүлгүүд, хүмүүстэй ажиллах талаар танилцуулах
4.	Амьдрах ухааны сургалтыг төлөвлөх	Сургалт эхлэхээс 2-3 сарын өмнө сургалтыг төлөвлөх асуудлаар сургалт зохион байгуулагчдад зориулсан практик зөвлөмж
5.	Сургагч багш нарыг бэлтгэх	Сургалт эхлэхээс 4-6 долоо хоногийн өмнө материал хангамж техникийн бэлтгэл хангах талаар сургагч багш нарт зориулсан практик зөвлөмж
6.	Сургалт бүрийн эхлэл болон төгсгөл	Сургалт бүрийн эхэнд болон төгсгөлд хэрэглэх дасгалууд
7.	Сургалтын хэрэглэгдэхүүн	Сургалтыг төлөвлөх, материал хангамж техникийн бэлтгэлийг хангах, сургалт зохион байгуулахад шаардагдах материал, сургалтын хэрэглэгдэхүүн
8.	Сургагч багшид зориулсан нэмэлт мэдээлэл	Нэмэлт мэдээлэл, түлхүүр ойлголт нэр томъёоны тайлбар нь сургагч багш нарт сургалтын багцын агуулгыг илүү сайн ойлгох, сургалтаа үр дүнтэй зохион байгуулахад тус болох болно

Амьдрах ухааны сургалтын **11 модуль тус бүр нь дор харуулснаар гурван түвшинт бүтэцтэй. Модуль** бүр нэг ба түүнээс олон сэдвээс бүрдэх ба сэдэв тус бүр нь нэг ба түүнээс олон дасгалтай.



- **Модуль** бүр товч танилцуулга, хамрах сэдвүүдийн жагсаалт, сэдэв бүрт ажиллах дасгалуудын зорилго, хугацаа зэргийг харуулсан товч хүснэгтийг агуулна.
- **Сэдэв** бүрийн эхний хуудаснаа тухайн сэдвийн агуулга, үндсэн мэдээлэл, дасгалын жагсаалт, холбогдох сэдвүүдийн жагсаалт байна.
- **Дасгал** бүр нь дараах нэгдмэл бүтэцтэй байна:



## Дасгалын бүтэц

### Дасгал (дугаар болон гарчиг)



**Зорилго** (дасгалын гол зорилгыг жагсаана)



**Зорилтот бүлэг** (дасгал нь зорилтот ямар бүлэгт зориулагдсан болохыг тодорхойлно)



**Хугацаа** (дасгалыг хийж гүйцэтгэхэд шаардлагатай хугацаа)



**Суудал зохион байгуулалт** (сургалтын өрөөг бэлдэх, оролцогчдыг ямар байдлаар суулгах заавар)



**Ашиглах материал** (дасгалд шаардагдах сургалтын материал хэрэглэгдэхүүний жагсаалт)



**Сургалтын хэрэглэгдэхүүн** (дасгалд шаардагдах сургалтын хэрэглэгдэхүүн болон дасгалын төгсгөлд Нэмэлт мэдээлэл)



**Сургалт зохион байгуулах алхмууд** (сургалтыг зохион байгуулах алхмуудыг санал болгоно). Алхам тус бүрт сургалтын агуулга болон явцын талаар зааварчилгаа өгнө.



**Сургагч багшид зориулсан зөвлөгөө** нь сургалтын өөр арга барил санал болгох, эсвэл гэнэтийн нөхцөл үүсэх үед авч болох арга хэмжээний зөвлөмж юм. Дасгалын төгсгөлд гол санааг нэгтгэн дүгнэнэ.



### **Сургалтын хэрэглэгдэхүүн болон Нэмэлт мэдээлэл**

Сургалтын хэрэглэгдэхүүнд багаар ажиллах болон жүжигчилсэн тоглолт хийх зааварчилгаа, ажлын хуудаснууд, тоглоомын хөлөг, тоглоомын дүрэм, зурагт хуудас, зурагт карт, тайлбартайгаа орно. Нэмэлт мэдээлэл хэсэгт сургалтын үндсэн сэдвийн дагуу нэмэлт мэдээлэл байна.

Сургагч багшийг бэлдэх сургалт эхлэх үеэр оролцогчдод Сургалтын багцыг тарааж өгнө. Зорилтот бүлэгт зориулсан сургалтын үеэр сургагч багш нар Нэмэлт мэдээлэл болон Сургалтын шаардлагатай зарим хэрэглэгдэхүүнийг бичиг үсэгт тайлагдсан, сонирхсон оролцогчдод тарааж өгч болно.

## 2.2 АГУУЛГА

Сургалтын багцад сургалтын 11 модуль, 32 сэдэв, 91 дасгал багтсан. Модуль бүрийн сургалтын үндсэн агуулгыг дараах хүснэгтэд үзүүлэв.

Амьдрах ухааны сургалтын модулийн товч	
<b>Модуль 1</b>	<b>Өөрийгөө таньж мэдэх ба өөрийгөө тодорхойлох нь</b> модуль нь хувь хүний хөгжил, бусад хүмүүстэй харилцах харилцааны асуудлыг авч үзнэ. Энэхүү модуль нь өөрийгөө таних, өөртөө итгэх итгэлийг бэхжүүлэх, өөрийн амьдарч буй газар нутаг, нийгмийн хүрээллийг илүү сайн ойлгож үнэлэх, амьдралын зорилго, хүсэл тэмүүлэл, түүнд хүрэх арга замаа тодорхойлох боломж олгоно.
<b>Модуль 2</b>	<b>Бидний эрх</b> модуль нь хүүхэд, залуучууд, насанд хүрэгчдийн үндсэн эрх, эдгээр эрхийг дагалдах үүрэг хариуцлагыг авч үзнэ. Тус модуль нь эдгээр эрхийг хүндлэх, хамгаалах асуудлыг өдөр тутмын амьдралтай холбож ойлгуулахыг зорьсон болно.
<b>Модуль 3</b>	<b>Гэр бүл, нийгэм дэх тэгш байдал</b> модуль нь эрэгтэй эмэгтэй хүмүүс, охид хөвгүүдийн хоорондын харилцааны асуудлыг онцлох болно. Энэ модуль нь жендэрийн үнэт зүйлс болон үүрэг, эдгээр нь хүмүүсийн амьдрал, гэр бүл болон нийгэмд ямар нөлөөтэй болохыг илүү гүнзгий ойлгоход чиглэсэн болно.
<b>Модуль 4</b>	<b>Гэр бүл дэх ажил үүрэг болон нөөц боломж</b> модуль нь гэр бүл дэх ажил хөдөлмөр, үүрэг хариуцлага, ашиг нөөцийн хуваарилалтыг хэлэлцэнэ. Гэр бүлд байгаа нөөц боломжийг шударга хуваарилах, шийдвэр гаргахад гэр бүлийн гишүүд тэгш эрхтэй оролцох, мөн хүүхдийн хөдөлмөрийн тухай, ямар ажил хөдөлмөр хүүхдийн эрүүл мэнд, өсөлт хөгжилд хортой нөлөөтэй, харин ямар ажил хөдөлмөрийг хүүхдүүд эрхэлж болох тухай болон хүүхдийн хөдөлмөрийн тэвчишгүй хэлбэрүүдийн тухай хэлэлцэнэ.
<b>Модуль 5</b>	<b>Асуудлыг шийдвэрлэх болон нийгмийн ур чадварууд</b> модуль нь бүтээлч болон логик сэтгэхүйн тусламжтайгаар асуудлыг шийдвэрлэх болон багаар ажиллах талаар хэлэлцэнэ. Түүнчлэн хүмүүстэй үерхэл нөхөрлөлийн холбоо тогтоох, бусад хүмүүсийг таних, зөрчлийг шийдвэрлэх, олон нийтийн сүлжээг зохистой ашиглах зэргээр шүүмжлэлт сэтгэхүй болон харилцааны ур чадвараа хөгжүүлэхэд нь хүүхэд, залуучуудад туслах болно.
<b>Модуль 6</b>	<b>Бэлгийн боловсрол</b> модуль нь бэлгийн бойжилтын үед бие махбод болон сэтгэл санаанд гарах өөрчлөлтүүд, бэлгийн амьдрал, хүйсийн баримжаа, дотно харилцаа, аюулгүй бэлгийн харилцаа, өсвөр насны охидын жирэмслэлт, жирэмслэхээс сэргийлэх аргууд зэргээр өсвөр насныхны хувьд чухал олон асуудлыг танилцуулна.
<b>Модуль 7</b>	<b>Эрүүл аж төрөх</b> модуль нь гэр бүл төлөвлөлт, төрөхийн өмнөх асаргаа, төрөлт, нярайг асрах, БЗДХ, ДОХ, ХДХВ-ын халдвараас сэргийлэх зэрэг нөхөн үржихүйн эрүүл мэндийн асуудлыг танилцуулна.
<b>Модуль 8</b>	<b>Хүчирхийлэл болон мансууруулах бодисын хэрэглээнээс урьдчилан сэргийлэх нь</b> модуль нь бие махбод, сэтгэл санаа болон бэлгийн хүчирхийлэл зэрэг хүчирхийллийн хэлбэрүүдийг тайлбарлахаас гадна мансууруулах бодисын хэрэглээтэй холбоотой асуудлыг авч үзнэ. Тус модулийн хүрээнд гэр бүл, ажлын байр болон боловсролын орчин дахь бэлгийн дарамт, дээрэлхэлт, янз бүрийн нөхцөл дэх бэлгийн хүчирхийлэл, хүчирхийллийн эдгээр хэлбэрийг давах арга зам, түүнчлэн мансууруулах бодис, согтууруулах ундааны хэрэглээнээс сэргийлэх асуудлыг хэлэлцэх болно.
<b>Модуль 9</b>	<b>Мөнгөний ухаалаг хэрэглээ</b> модуль нь залуучууд, насанд хүрэгчид, ялангуяа шилжин суурьшигчид болон тэдний гэр бүлд мөнгөө ухаалгаар зарцуулах, санхүүгийн шийдвэр гаргах практик мэдлэг, арга ухааныг олж авахад тусална. Амьдралын зорилгоо тодорхойлох, төсөв гаргах, зардлаа эрэмбэлэх, өр зээлнээс зайлсхийх, мөн хэрхэн төлж барагдуулах тухай танилцуулах болно.

<b>Модуль 10</b>	<b>Ухаалаг шилжин суурьшигч болон ухаалаг ажил хайгч</b> модуль нь залуучууд болон насанд хүрэгчдэд аюулгүй шилжин суурьших болон ажил хайх талаар практик мэдлэг олгож, шаардагдах хэрэгслийг таниулах зорилготой. Шилжин суурьшихын ашиг тусыг хүртэх, хүн худалдаалах гэмт хэргийн эрсдэлээс хэрхэн сэргийлж болохыг тайлбарлаж, ажил хайхад хэрэг болох практик зөвлөмж зөвлөгөөг өгөх болно.
<b>Модуль 11</b>	<b>Ухаалаг ажилтан</b> модуль нь ажил болон гэр бүлийн хүрээнд ажилтны хүлээх үндсэн үүрэг хариуцлага болон хөдөлмөрийн хүрээний суурь эрхийн тухай мэдлэг олгоно. Ялгаварлан гадуурхалтаас ангид эрх тэгш байх, эвлэлдэн нэгдэх эрх, гэрийн үйлчилгээний ажилчдын зохистой хөдөлмөр, түүнчлэн эхчүүдийн хамгаалал, хөдөлмөрийн аюулгүй байдал, эрүүл ахуй, ДОХ болон ХДХВ-ын халдвар зэрэг хөдөлмөрийн эрүүл мэндийг хамгаалах асуудлыг хэлэлцэнэ.

### 3 Амьдрах ухааны сургалтыг үр дүнтэй явуулах зөвлөмж

Амьдрах ухааны сургалтын багц нь интерактив аргуудыг сургалтын бусад аргуудтай хослуулсан болно. Сургагч багш нар сургалтыг үр дүнтэй зохион байгуулж, амжилтад хүрэхийн тулд оролцоонд суурилсан арга зүйг ойлгож хэрэглэх чадвартай байх нь чухал юм. Сургагч багш нар оролцогчдын хэрэгцээг харгалзаж, тэдний хэрэгцээнд тохируулан сургалтын агуулгыг өөрчилж болно. Энэхүү хэсэгт оролцоонд суурилсан сургалтын аргууд, амжилттай суралцахуйн зарчим болон практик, сайн сургагч байх зөвлөмж, зорилтот бүлгийн онцлогийг харгалзах асуудал, хүмүүстэй ажиллах зөвлөмж, жендэрийн асуудлыг харгалзах тухай тусгасан болно.

#### 3.1 ОРОЛЦООНЫ АРГАД СУУРИЛСАН СУРГАЛТЫН АРГА ЗҮЙ

Нээлттэй харилцаа, мэдээлэл чөлөөтэй солилцох, харилцан ярилцах боломж нь аль ч сургалтын үндэс суурь болдог. Хүмүүс өөр өөр аргаар, өөр өөр хурдаар суралцдаг. Сонсох, унших, бичих, хийж гүйцэтгэх, турших, мэдрэх замаар сургалт явагддаг. Суралцагчдын идэвхтэй оролцоо болон багш суралцагчдын, мөн суралцагч хоорондын харилцан үйлчлэл нь сургалтын үр дүнд нөлөөлдөг. Мэдлэгээ хуваалцах, оролцогчдод суралцахад нь тусалж дэмжихэд сургагч багшийн үүрэг оршино. Сургагч багш нар зөвхөн багш төдийгүй чиглүүлэгчийн үүрэгтэй. Багийн сургалт гэдэг нь:

- Мэдлэг, чадвар, туршлагаа солилцох хамтын үйл ажиллагаа
- Хувь хүн хөгжих үйл явц юм.

Мэдээлэл солилцох хоёр талт үйл явц, хүмүүс хоорондын нээлттэй харилцаа, сургагч багш суралцагчдын хоорондын, мөн суралцагч хоорондын идэвхтэй харилцан үйлчлэл нь сургалтын үр өгөөжийг нэмэгдүүлдэг. Мэдлэгээ хуваалцах, суралцагчдад өөрийн хувийн болон багийн хэрэгцээ, үнэт зүйл, нөөц боломжийг тодорхойлоход нь туслах, өөрийгөө болон өөрийн байгууллагыг хөгжүүлэх арга хэрэгсэл эзэмшихэд нь залж чиглүүлэхэд сургагч багшийн үүрэг оршино. Сургагч багш нар багш, чиглүүлэгч байхын хамт суралцагчдаасаа ч суралцаж байдаг.

Хүн тус бүрийн идэвхтэй оролцоо нь аль ч сургалтын амжилтын түлхүүр юм. Суралцагчид өөрийн сурах үйл ажиллагаанд хариуцлага хүлээх бөгөөд тэд идэвхтэй оролцох замаар илүү сайн суралцдаг. Сүүлийн жилүүдэд суралцагчдын идэвхтэй оролцоог дэмжих оролцоонд суурилсан сургалтын олон арга боловсруулагдсан байна.

Оролцоонд суурилсан аргууд нь биднийг дараах зүйлд уриалдаг:

- Сургалтын бүхий л явцад идэвхтэй байхад бие, ухаанаа ашиглах
- Шинэ санаа сэдэх
- Шинэ мэдрэмж мэдрэх
- Сургалтын аюулгүй орчинд шинэ зүйлийг турших
- Сургалтын дараа эзэмшсэн мэдлэг, чадвараа өдөр тутмын амьдрал, ажил хөдөлмөртөө хэрэглэх

Энэ хандлагыг “оролцоонд суурилсан сургалт”, “хийнгээ суралцах” зэргээр янз бүрээр нэрлэдэг. Энэ нь санаа цуглуулах арга, кейс судалгааны арга, тоглоом, жүжигчилсэн тоглолт, ганцаарчилсан ажил болон эргэцүүллийг багийн хэлэлцүүлэгтэй хослуулах арга, жижиг болон том багаар хэлэлцүүлэг, дүн шинжилгээ хийх арга зэрэг интерактив олон аргыг хамардаг.

### Сургалтын аргуудыг хослуулах

Сургалтын явцад сургалтын олон арга хэрэглэх боломжтой. Уламжлалт сургалт нь ихэвчлэн лекцийн аргыг үзүүлэн таниулах материал, асуулт, хариулттай хослуулж хэрэглэхэд суурилдаг. Сургалтын энэхүү хэв маяг нь агуулгаараа баялаг, когнитив буюу танин мэдэх талдаа хүчтэй аж. Сургагч багш тухайн салбартаа мэргэшсэн байхын хамт илтгэх чадвар сайтай байх тохиолдолд лекц үр дүнтэй байдаг.

Танилцуулга аль ч сургалтад чухал ч товч хураангуй байх шаардлагатай. Сонсогчдын анхаарал 15-20 минутын дараа хэлбэлзэж эхэлдэг учраас танилцуулга лекц нь богино хугацаанд залхуутай болж эхэлдэг. Лекц танилцуулгыг санаа цуглуулах арга, кейс судалгааны арга, тоглоом, жүжигчилсэн тоглоом, түүний үр дүнгийн хэлэлцүүлэг зэрэг оролцоонд суурилсан, интерактив аргуудтай хослуулах хэрэгтэй. Эдгээр аргууд нь оролцогчдын туршлагыг ашиглаж, тэднийг мэдрэх, эргэцүүлэн тунгаах, хийж гүйцэтгэх, шинэ мэдлэгээ амьдралдаа хэрэглэхэд өдөөдөг учраас ихэд тохиромжтой байдаг.

Оролцоонд суурилсан сургалтын гол аргуудыг дурдвал:

- **Нээлттэй асуулт тавих** (“тийм” эсвэл “үгүй” гэж хариулах боломжгүй асуултууд). Ийм асуултууд нь оролцогчдыг өөрийн туршлагад суурилж өөрийн хариултыг эрж хайхад өдөөж өгдөг.
- **Санаа цуглуулах арга** – энэ нь шинэ санаа, тайлбар, үзэл бодол хайж дэвшүүлэх арга юм. Энэ аргыг жижиг эсвэл том багаар ч хэрэглэж болно. Гол зорилго нь богино хугацаанд ямар нэгэн үнэлгээ дүгнэлтгүйгээр аль болох олон санаа гаргаж ирэхэд оршино.
- **2-3 хүний бүрэлдэхүүнтэй баг** нь дотно уур амьсгалд санаа оноо, сэтгэл мэдрэмж, үзэл бодол, дүгнэлт үнэлгээгээ солилцох боломж олгодог. Энэ арга нь хүн бүрт өөрийн үзэл бодол, байр суурийг илэрхийлэх илүү хугацаа олгодог.
- **Тоглоом** (сэргээх дасгал тоглоом, жүжигчилсэн тоглоом, таавар, уралдаан тэмцээн г.м.) нь оролцогчдод таатай мэдрэмж төрүүлж, ямар нэгэн шинэ зүйл туршиж хийх, асуудлыг өөр өнцгөөс харах, дадал чадвараа хэрэглэх боломж олгодог. Тоглоом нь анги танхимд энерги эрч хүч, өөдрөг уур амьсгалыг бий болгодог. Жүжигчилсэн тоглолт нь бодит амьдрал дээр байдаг шиг нөхцөл байдлыг мэдэрч, асуудлыг шийдвэрлэх боломж олгодог. Ийм тоглоом нь өөртөө итгэх итгэлийг нэмэгдүүлж, тоглогчдыг идэвхжүүлэх нөлөөтэй байдаг. Жүжигчилсэн тоглолтод оролцогчид сайн дураараа оролцох ёстойг анхаарах хэрэгтэй. Сургагч багш нар тоглоомыг дэмжиж ажиллана.
- **Кэйс судалгааны арга** - “бодит түүх”, “зохиосон түүх”, “мөрөөдлийн түүх” зэрэг зохиомж эсвэл үйл явдалд дүн шинжилгээ хийх арга юм. Болж өнгөрсөн эсвэл болох гэж байгаа ямар нэгэн үйл явдал, асуудлыг хэрхэн шийдвэрлэх, цаашид хэрэгжүүлэх алхмын талаар санаа дэвшүүлнэ.

Аль ч арга бусад аргаас сайн байдаггүй. Арга бүр янз бүрийн төрлийн үйл ажиллагааг ашиглаж, оролцогчдын оролцооны түвшин ч ялгаатай байдаг. Арга бүр өөрийн давуу болон сул талтай. Дараах хүснэгтэд багш төвтэй (дээрээс доош) болон суралцагч төвтэй (дороос дээш) хоёр хандлагын хооронд сургалтын аргуудыг тусгасан болно. Оролцогчдын сонирхолыг татаж, сурах эрмэлзлийг нь өдөөж, ингэснээр суралцахуйн зорьсон үр дүндээ хүрэхийн тулд сургалтын аргуудыг хослуулж хэрэглэх, сургалтын хурдыг тохируулж ажиллах нь үр дүнтэй.

Сургалтын арга нь суралцагч төвтэй хандлагад ойртох тусам суралцагчдаас илүү их оролцоо шаардах бөгөөд сургалтын явцад тэд идэвхтэй суралцагч болно. Оролцоонд суурилсан сургалтын аргуудыг хэрэглэх зарим шалтгааныг дурдвал:

- Суралцагчдыг сэдэлжүүлж сонирхолыг нь өдөөнө

- Илүү гүнзгий ойлголт авах боломж бүрдэнэ
- Сурсан зүйлээ удаан хугацаанд мартахагүй
- Хандлага, зан үйл өөрчлөгдөнө
- Суралцагчдыг сурсан зүйлээ хэрэгжүүлэхэд сэдэлжүүлдэг

Энэ нь сургалтад зөвхөн оролцоонд суурилсан аргуудыг хэрэглэх ёстой гэсэн үг биш юм. Сургагч багш зорилтот бүлгийн суралцах чадвар, тэдний онцлогийг (нас, анхаарлын багтаамж, сэдэлжилт, боловсрол, ажлын туршлага г.м.) харгалзаж, сургалтынхаа зорилгод хүрэхэд ямар аргууд тохирохыг тодорхойлох хэрэгтэй. Ихэвчлэн сургалт бүрт хэд хэдэн аргыг системтэй, логик дараалалтай хослуулж хэрэглэх нь үр дүнтэй байдаг.

Сургалтын аргууд				
Хандлага	Арга барил	Үйл ажиллагаа	Оролцоо	Суралцахуй
Багш төвтэй Дээрээс доош  ↓	Лекц	Сонсох	Бага	'Хүлээн авах' Идэвхгүй  ↓
	Үзүүлэн ашиглах (зураг, бичлэг г.м.)	Харах, сонсох	Бага	
	Асуулт хариулт	Асуулт асуух, хариулах	Багаас дунд зэрэг, хувь хүнээс шалтгаална	
	Санаа цуглуулах, хэлэлцүүлэг хийх	Санаа бодлоо хуваалцах, солилцох	Олон хүнтэй багт бага, цөөн хүнтэй багт дунд түвшнээс өндөр	
	Шинжлэх, танилцуулах (асуудал, тохиолдол жишээ)	Унших, шинжлэх, асуудлыг шийдэх, бичих, зурах, тайлагнах	Их	
Суралцагч төвтэй Доороос дээш  ↑	Жүжигчлэн тоглох, тоглоом, дасгал	Бүтээлч дүрслэн бодохуй, шинжлэн дүгнэх, харилцах чадвараа ашиглах	Ихээс маш их	↑  'Хийх' Идэвхтэй
	Үйлдэлд суурилсан дасгалууд (ажлын байран дахь сургалт г.м.)	Хийж гүйцэтгэх, мэдлэг, чадвараа хэрэглэх	Маш их	

Эх сурвалж: CRP TOT: Materials & Ideas about Training by Jay Wisecarver (Save the Children: Bangkok, June 2002); and A Trainer's Guide for Participatory Learning and Action, IIED Participatory Methodology Series by Pretty et al. (Sustainable Agriculture Programme and International Institute for Environment and Development: London, 1995).

### 3.2 АМЖИЛТТАЙ СУРАЛЦАХУЙН ЗАРЧМУУД БОЛОН ПРАКТИК

#### Хүндлэл, ач холбогдол, аюулгүй байдал болон тааламжтай байдал

Хүн нэг бүрт хүндэтгэлтэй хандах, баг доторх олон талт байдал нь хүмүүсийн суралцах, санаа бодлоо хуваалцах хүслийг бадраадаг аюулгүй орчин бүрдэх түлхүүр болдог. Залуу, настай, эрэгтэй, эмэгтэй, баян, ядуу, боловсрол өндөртэй, боловсрол багатай хэн ч байсан хүн бүр өөрийн үзэл бодолтой, бусадтай хуваалцах санаа бодолтой байдаг.

Хүмүүс өөр өөр сонирхолтой, сурах өөрийн аргатай байдаг. Сургалт бүрийг тэдний хэрэгцээнд тохируулж зохион байгуулах хэрэгтэй. Оролцогчид болон сургагч багш нар:

- Сургалтад өөрийн гэсэн үнэт зүйл, итгэл үнэмшил, үзэл бодолтой ирдэг. Бид өөрийн мэдлэг, туршлагад суурилж илүү сайн суралцдаг.
- Өөрт чухал зүйлийн талаар сурч мэдэхийг хүсдэг. Бид асуудлыг шийдвэрлэхийг хүсдэг. Бид сургалтаа амьдралтай холбож, амьдралд хэрэг болох мэдлэг чадвар эзэмшүүлэх сургалтыг үр дүнтэй гэж үзнэ.
- Өөрт чиглэсэн хэрэгцээтэй байдаг. Бид өөрсдийн амьдрал, мөн өөрийн сурах үйл ажиллагаанд хариуцлага хүлээнэ.
- Нэр төрөө эрхэмлэж, ижил тэгш хандлага, хүндлэл хүлээхийг хүсдэг.
- Аюулгүй байдлыг хүсдэг. Бидний санаа бодол, бидний хувь нэмрийг үнэлж, биднийг шоглож тохуурхахгүй, доромжлохгүй гэдэгт итгэлтэй байхыг хүсдэг.

Оролцогчид өөр өөр ажил эрхэлдэг байж болно. Олон хүн ажил албаа гэр бүлийнхээ өмнө хүлээх үүрэг хариуцлагатай хослуулдаг эсвэл суралцдаг байж болно. Үүний улмаас оролцогчдод өөр ямар нэгэн үйл ажиллагаанд оролцох цаг зав, хүч энерги дутагдаж болно. Иймээс сургалт нь эрчимтэй, сонирхолтой байх хэрэгтэй. Биеэ амрах, оюун санаагаа нээх, мэдрэмж сэтгэгдлээ хуваалцахад амралт нэн чухал ач холбогдолтой. Амьдрах ухааны сургалт нь тоглоом, сэргээх дасгал зэрэг олон төрлийн үйл ажиллагааг багтаах хэрэгтэй.

#### Ухаан, зүрх сэтгэл, бие

Хүмүүс бие, зүрх сэтгэл, ухаанаа ашиглаж буюу хийж, мэдэрч, тунгаан бодож сайн суралцдаг. “Хийнгээ суралцах” аргууд нь үр дүнтэй байдаг. Учир нь оролцогчид өөрсдийн бүхий л дадал чадварыг ашиглаж, олон түвшинд суралцдаг. “Хийнгээ”, тоглоомоо, таавар таангаа, асуудлыг шийдвэрлэнгээ оролцогчид өөрийн бие, ухаан, сэтгэлийг, өөрөөр хэлбэл оюун ухаан, сэтгэл хөдлөл болон нийгмийн чадвар дадлаа ашигладаг. Тоглоомын дараа, дүн шинжилгээ хийх явцдаа оролцогчид сэтгэл (сэтгэл хөдлөл, мэдрэмжээ хуваалцах) болон ухаанаараа (дүгнэлт хийх аналитик сэтгэлгээ) суралцаж байдаг.

#### Оролцоонд суурилсан сургалтыг амжилтад хүргэх 10 зарчим

Түлхүүр ойлголт	Тайлбар
1. Хүндлэл	✓ Суралцагчид эрх тэгш, хүндлэгдэж байгаагаа мэдэрнэ.
2. Ач холбогдол	✓ Суралцагчид өөрсдийн мэдлэг туршлагад тулгуурлаж илүү сайн суралцдаг. ✓ Сургалт нь суралцагчдын амьдралын хэрэгцээ шаардлагад нийцэх хэрэгтэй.
3 Сэтгэхүй, сэтгэл хөдлөл болон үйлдэл	✓ Суралцах явц нь өөрийгөө танихуй, шинжлэн дүгнэлт, сэтгэл хөдлөл, үйлдлийн цогц буюу тархи, зүрх сэтгэл, биеэ зэрэг ашиглах явдал юм.

4. 20/50/90 дүрэм	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Харааны төсөөлөл нь үгэн илэрхийлэлтэй нийцэх тохиолдолд суралцагчид илүү их мэдээлэл тогтоож, шинэ мэдээллийг хэрэглэх боломж олгоход илүү сайн тогтоодог.</li> <li>Хүн: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Уншсан зүйлийнхээ 10%</li> <li>• Сонссон зүйлийнхээ 20%</li> <li>• Харсан зүйлийнхээ 30%</li> <li>• Харж, сонссон зүйлийнхээ 50%</li> <li>• Хэлсэн зүйлийнхээ 70%</li> <li>• Хэлсэн, хийсэн зүйлийнхээ 90%-ийг мартдаггүй.</li> </ul> </li> </ul>
5. Харилцан яриа	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Насанд хүрэгчид мэдээллийг хэлэлцэж байж илүү сайн суралцдаг.</li> <li>✓ Суралцах явц 2 чиглэлд байх, суралцагчид өөр хоорондоо болон сургагч багштай харилцан ярилцах боломж олгох хэрэгтэй.</li> </ul>
6 Оролцоо	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Суралцагчдыг жижиг багууд болгож оролцоог хангах ба алив зүйлийг хэлэлцэж, ярилцаж, бусдаасаа суралцаж байж өөрчлөлтийг бий болгодог.</li> </ul>
7. Хэрэглээ	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Суралцагчид сургалтын явцад асуудлыг шийдвэрлэхэд баримжаалдаг</li> <li>✓ Суралцагчид сургалтыг өөрийн амьдралтай холбож, сурсан зүйлээ амьдралдаа нэн даруй хэрэгжүүлж чадвал сургалтыг үр дүнтэй гэж үнэлдэг</li> </ul>
8. Аюулгүй байдал	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Суралцагчид өөрсдийнх нь санаа бодол, хувь нэмрийг үнэлж, өөрсдийг нь шоглож тохуурхахгүй, доромжлохгүй гэдэгт итгэлтэй байх хэрэгтэй.</li> </ul>
9. Хүлээн зөвшөөрөх	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Суралцагчдын гаргасан хичээл чармайлт бүрийг урамшуулах хэрэгтэй.</li> </ul>
10. Хариуцлага	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Сургагч багш суралцагчдын өмнө хариуцлага хүлээдэг: тэдний суралцах зорилго нь биелж, сургалт тэдэнд үр өгөөжтэй байх ёстой.</li> </ul>

Эх сурвалж: *Budget Smart – Financial Education for Migrant Workers and their Families: Curriculum Manual (ILO: Bangkok, 2011), p. 9.*

### 3.3 ХЭРХЭН САЙН СУРГАГЧ БАГШ БОЛОХ ВЭ?

Сургагч багшийн үүрэг нь сургах, өөрийн мэдлэг чадварыг хуваалцах, оролцогчдын суралцах үйл явцыг дэмжих, түүнчлэн үлгэр дуурайлал болох, өөрчлөлт хийхэд оршино. Сайн сургагч багш нь заах арга сайтай, чиглүүлэх чадвартай, тухайн салбарын мэдлэг туршлагатай, сургалтын аюулгүй таатай орчин бүрдүүлэх чадвартай байх хэрэгтэй. Сайн сургагч багш нь:

- ✓ **Нээлттэй байх:** оролцогчид аюулгүй байдлыг мэдэрч, асуулт тавьж, ямар нэг зүйлийг мэдэхгүй байвал эсвэл асуудал бэрхшээл тулгарсан үедээ танд хандах боломжтой байх
- ✓ **Нэгэн зэрэг зөөлөн болон шийдэмгий байх:** ялангуяа сургалтын эхэнд зарим оролцогчид өөртөө итгэлтэй байх, өөрийн үзэл бодол, сэтгэл мэдрэмжээ чөлөөтэй хуваалцах, өөрсдийг нь шоглож дооглохгүй хүндлэлтэй хандахыг хүсэж болно. Зөөлөн хандах нь тэдэнд итгэлийг төрүүлдэг. Нөгөө талаас оролцогчдод удирдамж заавар хэрэгтэй. Тэд шинэ зүйлд суралцахыг хүсэж байгаа бөгөөд сургагч багшийн ил тод байдал, багийг зөв чиглэлд залах шийдэмгий чанар хэрэгтэй. Эс тэгвээс сургалтын орчин эмх замбраагүй болж, оролцогчид өөртөө итгэлгүй болж эсвэл сургалт залхуутай санагдах болно. Энд л сургагч багш таны хатуу шийдэмгий чанар хэрэгтэй.

Сургагч багш, чиглүүлэгч нь харилцааны ур чадвартай байх хэрэгтэй. Сонсох чадвар бол ихэд чухал. Их ярих бус, харин таны хэлж ярьж байгаа зүйл чанга, тод, энгийн, ойлгомжтой байх ёстой.

Сайн сургагч багш, чиглүүлэгч нь:

- ✓ Нээлттэй асуулт тавьдаг



- ✓ Бүгдэд харагдахаар гол түлхүүр санааг тэмдэглэдэг
- ✓ Оролцогчдын сонирхолыг өдөөж, тэднийг сэдэлжүүлж чаддаг
- ✓ Үйл ажиллагаа бүрийн дараа гол мэдээллийг нэгтгэдэг

Хувийн онцлог, дадал чадвар, туршлага нь сайн сургагч багш, чиглүүлэгч байхад нөлөөлдөг. Эдгээр дадал чадварыг хөгжүүлж болно. “Практик нь үр дүн авчирдаг” тул хийж туршихын хэрээр улам дадлагаждаг. Оролцогчид сайн сургагч багшийг дараах байдлаар тодорхойлдог:

- ✓ Найрсаг, эерэг, чин сэтгэлээсээ ханддаг
- ✓ Өөртөө итгэлтэй, хариуцлагатай
- ✓ Эрчтэй, нээлттэй
- ✓ Бүтээлч, хошин шогийн мэдрэмжтэй
- ✓ Асуудлаа сайн мэддэг
- ✓ Хувийн зохион байгуулалт сайтай
- ✓ Харилцааны ур чадвартай, чиглүүлэх чадвартай

Сайн харилцагч, чиглүүлэгч нь дараах зүйлийг мэддэг байх хэрэгтэй:

- ✓ Анхааралтай сонсох
- ✓ Оролцогчдод ойлгомжтой энгийн үг хэллэг хэрэглэх
- ✓ Биеийн хэлэмж (тухайлбал, яаж зогсох, өрөө тасалгаа дундуур яаж явах г.м.) зэрэг үгэн бус хэрэглүүрийг ашиглах, оролцогчидтой хараагаараа холбоо тогтоох
- ✓ Бүх оролцогчдод шударга, хүндэтгэлтэй хандах
- ✓ Ялгаатай үзэл бодлыг сонсож, хүн бүрийн оролцоог хөхиүлэн дэмжиж чаддаг
- ✓ Соргог мэдрэмжтэй байж, оролцогчдын өөрчлөгдөх хэрэгцээг мэдэрч, хариу үйлдэл үзүүлэх
- ✓ Шаардлагатай үед нөхцөл байдлыг хяналтад авах, мөн сулруулж чаддаг байх

Оролцоонд суурилсан сургалтын янз бүрийн үе шатад сургагч багш болон оролцогчдын үүрэг өөрчлөгдөж байдаг. Дасгал, үйл ажиллагаа бүрт удирдамж чиглүүлгийн урсгал сургагч багшаас оролцогчид руу болон эсрэгээр дараах байдлаар шилжиж байдаг:

- Сургалтын эхэнд (сургалт бүхэлдээ болон хичээл бүрийн эхний үе шатанд) сургагч багш удирдамж чиглүүлгийг гартаа авна. Учир нь оролцогчид сургалтын агуулга болон аргатай хараахан танил биш бөгөөд багийн динамик хараахан бүрдээгүй байдаг. Зарим оролцогч өөртөө итгэлгүй байж болно эсвэл хэрхэн оролцохоо мэдэхгүй, бусдаас гэрэвшсэн, ичиж эвгүйрхсэн байдалтай байж болно. Энэ үе шатад сургагч багш чиглүүлэх, оролцогчдын биеэ барьсан байдлыг арилгах, сургалтын нөхөрсөг, таатай уур амьсгалыг бүрдүүлэх үүрэгтэй.
- Оролцогчид орчиндоо дасал болсон хойно 2-р үе шатад сургагч багш хяналтыг оролцогчдод шилжүүлнэ: оролцогчид идэвхтэй болж, санаачилгыг өөрийн гарт авна. 2-р үе шатад сургагч багш 100% чиглүүлэх үүрэгтэй болж, багийн ажиллагааг чиглүүлэх, цаг хугацааг хянах үүрэгтэй ажиллана.
- Оролцогчид даалгавраа гүйцэтгэсний дараа 3-р үе шатад чиглүүлэгч оролцогчдоос өөрсдийн хувь нэмрийг оруулах, туршлагаа хуваалцахыг санал болгоно.
- 4-р үе шатад чиглүүлэгч практик үйл ажиллагаанаас эргэцүүлэл, дүн шинжилгээнд шилжинэ. 4-р үе шатны төгсгөлд чиглүүлэгч хяналтыг эргэж гартаа авч, амьдралд хэрэгжүүлэх сургалтын гол санааг онцолж нэгтгэх сургагч багшийн үүргээ гүйцэтгэнэ.

Сургалт үр дүнтэй байхад сургагч багшийн зохион байгуулах чадвар ихэд чухал юм. Сургалтын бүх арга хэмжээ нь нарийн чанд бэлтгэл, зохион байгуулалт, цагийн зөв хуваарилалтыг шаарддаг. Энэ нь ялангуяа сургалтын шинэ арга хэрэглэх, хамтарч дасгал гүйцэтгэхэд ихэд чухал.

Сургагч багш нар сургалтын явцад хэлэлцэх бүх сэдвээр “мэргэшсэн” байх албагүй. Оролцогчид өөрсдөө шинэ мэдээллийг бие даан олж сурах хэрэгтэй. Сургагч багш оролцогчдод хэрхэн суралцах, хаашаа явахыг чиглүүлж “зам заах” үүрэгтэй байна.

Зарим тохиолдолд гаднаас тухайн сэдвээр мэргэшсэн хүмүүсийг урин оролцуулах нь илүү үр дүнтэй байх нь бий. Гаднаас зөвлөх урьсан тохиолдолд сургагч багш сургалтаа хариуцаж, өөрөө нөхцөл байдлыг хяналтандаа байлгах шаардлагатай. Уригдсан зочиндоо лекцээ сунжруулахгүйгээр, асуулт хариултандаа, мөн сурсан зүйлсээ хэрэглэж суралцахад зориулсан дасгал ажилдаа илүү цаг төлөвлөх хэрэгтэй тухай урьдчилан мэдэгдэх нь зүйтэй.

Сургагч багш, чиглүүлэгч нарт зориулсан төгсгөлийн зөвлөмж:

- Сайн сургагч байх, сайн чиглүүлэгч байх хамгийн шилдэг арга бол “практик дээр суралцах” арга юм.
- Сургалт бүрийн өмнө бэлтгэлээ сайн хангаарай. Сайн бэлтгэл нь амжилтын тэн хагас нь байдаг.
- Цагийг хуваарилж, хурдыг барих. Оролцогчид дараагийн алхамд бэлэн эсэхийг шалгаарай.
- Алдаа гаргасан бол санаа битгий зовоорой. Дараагийн хичээл илүү сайн болж болно. Харин юуг илүү сайн хийж болох байсан бэ, дараагийн сургалтад юуг сайжруулах хэрэгтэй вэ гэдэг талаар эргэцүүлэх хэрэгтэй.
- Та бүх зүйлийг мэдэх шаардлагагүй. Та асуултад хариулж чадахгүй байвал хариултыг мэдэхгүй гэдгээ оролцогчдод хэлж болно. Тухайн асуулт нь сургалттай холбоотой бол бусад оролцогчдоос хариултыг нь мэддэг эсэхийг асуух эсвэл энэ талаар холбогдох мэдээлэл хайж, дараагийн удаа оролцогчидтой хуваалцах болно гэдгийг хэлнэ.
- Төлөвлөсний дагуу сургалт явагдахгүй тохиолдолд уян хатан, тайван байх. Төлөвлөлт болон дүрэм горим чухал ч зарим үед дасан зохицох шаардлага гарч болно.

### 3.4 ЗОРИЛТОТ БҮЛГҮҮДТЭЙ АЖИЛЛАХАД АНХААРАХ ЗӨВЛӨМЖ

Сургагч багшийн анхаарах нэг чухал асуудал бол сургалтын нөхөрсөг, бие биеэ хүндэлсэн, дэмжсэн уур амьсгал бүрдүүлэх асуудал юм. Хувь хүн бүрийн үзэл бодол болон үзэл бодлын ялгаатай байдлыг хүндлэх нь ийм уур амьсгалыг хадгалах түлхүүр нь болдог. Хүүхэд эсвэл насанд хүрэгчид, эрэгтэй эсвэл эмэгтэй, өндөр эсвэл бага боловсролтой хэн ч байсан өөрийн гэсэн үзэл бодол, бусадтай хуваалцах зүйлтэй байдаг.

Өөр өөр багийн хүсэл сонирхол, сурах арга барил нь өөр өөр байдаг. Иймд сургалтыг нэг загварт баригдмал байдлаар хийх бус, тухайн бүлэг хүмүүсийн хэрэгцээнд нийцүүлэн зохион байгуулах шаардлагатай. Зорилтот бүлэгтээ тохируулан сургалтыг бэлдэх зарим зөвлөмжийг дор оруулав.

#### 3.4.1 Хүүхдүүд

Хүүхдүүдийг зорилтот бүлэг хэмээн тодорхойлсон ч насанд хүрэгчид хүүхдүүдтэй хамтарч биш, харин тэдний өмнөөс асуудлыг шийдвэрлэж, аливаа үйл ажиллагааг хийх хандлагатай байдаг. Энэ нь хүүхдийн санал бодлыг барагтаа бол асуудаггүй, асуудал бэрхшээлээ хэлэхийг санал болгодоггүй гэсэн үг юм. Ахлах насны хүүхдүүд болон залуучуудад мэдээлэл цуглуулах, мэдлэг олгох үйл ажиллагаанд оролцох боломж олгодог ч бага насны хүүхдүүдэд өөрсдийн амьдралдаа хамаатай асуудлаар санаа бодлоо хэлэх боломж бараг олгодоггүй билээ.

Бүх насны хүүхдүүдийн оролцоог хангахад анхаарах хэрэгтэй. Бага насны хүүхдийн асуудал бэрхшээл нь ахлах насны хүүхдүүдийнхээс ялгаатай байдаг. Ийм учраас заримдаа насны ангиллаар нь сургалт эсвэл дасгал ажлуудыг хуваарилах нь илүү үр дүнтэй болдог. Тухайлбал:

- Хүүхэд залуучуудын зүгээс илүү оролцоо, хувь нэмрийг хүсэж байгаа бол тэднийг насанд хүрэгчдээс тусгаарлаарай.
- Бага насны хүүхдүүдийг ахлах насны хүүхдүүдээс тусгаарлах нь заримдаа илүү үр дүнтэй байдаг.

Хүүхдүүдийн оролцоог хөхиүлэн дэмжихийн тулд таны төлөвлөж байгаа үйл ажиллагаа нь:

- Сонирхолтой, сэдэлжүүлсэн байх, интерактив аргууд, тоглоом их хэрэглэх
- Хэт урт биш: дасгал бүр нэг цагаас илүү үргэлжлэхгүй байх. Хүүхдийн нас бага байх тусам анхаарал төвлөрөх хугацаа богино байдаг.
- Ойлгоход хялбар үг хэллэг хэрэглэх (энгийн ойлгомжтой үг хэллэг, сургалтын хэрэглэгдэхүүн ашиглах).

### 3.4.2 Хөдөлмөр эрхэлдэг хүүхдүүд

Хөдөлмөр эрхэлж байгаа хүүхдүүд гол төлөв ядуу, бага орлоготой, нийгмийн эмзэг бүлэгт харьяалагддаг гэр бүлийн хүүхдүүд байдаг. Нэн ядуу хүүхдүүд, гудамжны хүүхдүүд, үндэсний цөөнхийн хүүхдүүд, шилжин суурьшсан хүүхдүүд, гэрийн үйлчилгээний ажил хийдэг болон биеэ үнэлдэг хүүхдүүдийг гэр бүл, гарал угсаа, хийдэг ажлаас нь шалтгаалан гадуурхан доромжлох нь элбэг байдаг. Зарим хүүхэд, тухайлбал, туслах малчин хүүхдүүд, хурдан морь унаач хүүхдүүд, гэрийн үйлчилгээний ажил хийдэг хүүхдүүд онцгой хүнд нөхцөлд ажилладаг. Нийгмийн ихэнх хэсэг, тэр дундаа тэдэнд тусламж дэмжлэг үзүүлэх чиглэлээр ажилладаг хүмүүс хүртэл нийгмийн байдал, боловсролын түвшин зэргээс нь шалтгаалж тэдний талаар маш доогуур үнэлэмжтэй байдаг нь үнэн билээ.

Хөдөлмөр эрхэлж байгаа хүүхдүүд албан боловсрол эзэмшээгүй эсвэл маш бага боловсролтой байдаг нь үнэн хэдий ч хүүхдийн тэвчишгүй хэлбэрийн хөдөлмөрт нухлуулж байгаа хүүхдүүд амьдралын туршлага, аливааг даван туулах чадвар сайтай байдаг. Тэд бичиг үсэгт тайлагдаагүй, академик мэдлэг бага байдгийн улмаас жирийн сургуульд сурдаг хүүхдүүдийн хийж чаддаг унших, карт зураглал дээр ажиллах зэрэг үйл ажиллагаанд дасаж чадахгүй байх нь бий. Энэ бүхнээс тэд өөрийн гэсэн үзэл бодолгүй эсвэл оюун ухааны чадвар доогуур гэж үзэж болохгүй. Тэдний нийгмийн чадвар сайн хөгжсөн, “амьдралын хар ухаантай” гэж хэлж болохоор байдаг. Танихгүй хүнтэй харьцахдаа хаалттай, дайсагнасан байдалтай байдаг нь тэдний өмнөх сөрөг туршлагатай холбоотой.

Иймд сургагч багш нар хөдөлмөр эрхэлж байгаа хүүхдүүдэд өөрийгөө илэрхийлж, дасгал даалгавар гүйцэтгэж суралцах арга барилаа олох боломж нөхцөлийг бүрдүүлэхэд анхаарч, бүтээлчээр хандах хэрэгтэй. Хөдөлмөр эрхэлж байгаа, ялангуяа тэвчишгүй хэлбэрийн хөдөлмөр эрхэлдэг хүүхдүүдтэй ойлголцоход хялбар биш байдаг нь тэдний ажил болон амьдралын гашуун туршлагатай холбоотой. Иймд дасгал ажлын үеэр дараах бэрхшээлд урьдчилан бэлтгэлтэй байх нь зүйтэй:<sup>3</sup>

- Хүүхдийн хөдөлмөрийн тэвчишгүй хэлбэрүүд болох биеийг нь үнэлэх, мансууруулах бодис наймаалах, зөөвөрлөх, албадан хөдөлмөр эрхлүүлэх зэрэг нь хууль бус, ичгүүртэй үйлдэлд тооцогддог. Энэ нь оролцоог хүндрүүлж, аюултай байдал руу эргүүлэх нь ч бий. Иймд

<sup>3</sup> Эх сурвалж: For more information on participation of children and child labourers, see *Learning to Work Together: A Handbook for Managers on Facilitating Children's Participation in Actions to Address Child Labour* by the Regional Working Group on Child Labour (RWG-CL) (RWG-CL: Bangkok, 2003), and *Participatory Project Design & Monitoring Xөмөчlines, Sections POM 4.1-A and 4.1-D* by Hans Van de Glind, Pamornrat Pringsulaka & Chen Yonglin, (ILO Beijing and Bangkok, June 2005), Annex 3.

өөрийгөө ч, хүүхдүүдийг ч эрсдэлтэй нөхцөл байдалд оруулахаас сэргийлэх хэрэгтэй. Ийм нөхцөл байдалд хүүхдүүдэд туслах хамгийн үр дүнтэй арга бол хууль эрх зүй, улс төр, институцийн зүгээс хэрэгжүүлэх урт хугацааны төлөвлөгөөт арга хэмжээ, олон нийтийн ойлголт мэдлэгийг нэмэгдүүлэх ажил, ажил олгогч, цагдаа, хуулийн байгууллагынхантай хамтын ажиллагаагаа бэхжүүлэх явдал билээ.

- Ажил хийж байгаа хүүхдүүдэд, ялангуяа ажил олгогчийнхоо гэрт амьдардаг гэрийн үйлчилгээний ажил эрхэлж байгаа хүүхдүүд, хурдан морь унаач хүүхдүүд эсвэл дадлагажигчаар ажиллаж байгаа хүүхдүүд, туслах малчин хүүхдүүдийн хувьд эрх чөлөө хязгаарлагдмал байдаг. Тэдгээр хүүхдүүдтэй холбогдож, сургалтандаа хамруулахад хүндрэлтэй байдаг ба тэдэнтэй холбогдож чадсан ч тэдний айдсыг нь арилган сургалтад оролцуулна гэдэг маш хүнд даалгавар. Ажил олгогчдоосоо маш их айдаг тул өөрсдийн туулсан гашуун туршлагаасаа хуваалцах зүрх зориг нь хүрэхгүй байх нь түгээмэл. Иймд юуны өмнө сургалтаа төлөвлөх шатандаа ажил олгогчдоос нь зөвшөөрөл авч, хамтран ажиллахыг хүсэх хэрэгтэй болдог.
- Заримдаа эцэг эхчүүдийн зүгээс хүүхдээ сургалтад хамруулахгүй хэмээн саад болох нь бий. Учир нь сурч боловсрох гэдэг нь ажлын цагаас нь хумсалж, орлогыг нь багасгаж байгаа хэрэг хэмээн үзэх тул хүүхдэд зориулсан сургалтаасаа өмнө эцэг эхчүүдтэй ярилцан зөвшилцөх, ятгах, тэдэнд зориулсан сургалт явуулж, хамтран ажиллахад бэлдэх хэрэг гардаг.
- Ажил хийж байгаа хүүхдүүд хууль бус шилжин суурьшигчдын хүүхэд, эсвэл хүн наймаалах гэмт хэргийн хохирогч байх явдал түгээмэл тул эцэг эхээсээ хол амьдрах нь элбэг. Тухайн газар оронд хууль бусаар амьдарч байгаа тул цагаачлалын албанд баригдахгүй гэх шалтгаанаар танихгүй хүмүүст сэжиглэнгүй ханддаг. Мөн тухайн улсын хэлийг сайн мэдэхгүй байх нь түгээмэл. Ийм тохиолдолд нөхцөл байдлыг нь ойлгохыг хичээж, мэдрэмжтэй хандах хэрэгтэй.
- Хүүхдийн тэвчишгүй хэлбэрийн хөдөлмөрт нухлуулж, янз бүрийн хүчирхийлэлд өртөж, хүнд хэцүүг туулж байгаа хүүхдүүд сэтгэл зүйн хувьд маш эмзэг байдаг. Иймд тэдэнтэй маш болгоомжтой харилцах хэрэгтэй. Хэрэв та хүүхдийн сэтгэл судлалаар мэргэшээгүй бөгөөд тухайн хүүхэд сэтгэлийн шарх авсан гэж таамаглаж байгаа бол тэдэнд тусалж чадах, мэргэшсэн байгууллага, хүмүүст хандаж, тусламж хүсэх нь зүйтэй.
- Хөдөлмөр эрхэлж байгаа хүүхдүүд ихэвчлэн олон цагаар, бараг л амралтгүй ажиллах нь түгээмэл байдаг (ялангуяа гэрийн үйлчилгээний ажил эрхэлдэг хүүхдүүд, хурдан морь унаач хүүхдүүд). Хэрэв тухайн ажлаа хийхийн хажуугаар сургуульдаа явдаг, эсвэл өөрийнхөө гэр орны ажлыг давхар хариуцдаг бол өөр зүйлд зарцуулах цаг зав байтугай эрч хүч ч үгүй болсон байдаг. Хүүхдүүдийн зав чөлөөнд тааруулан сургалтаа төлөвлөж зохион байгуулах нь хугацаа шаардана. Тэдгээр хүүхдүүдэд амрах, сэргэх цаг зав хэрэгтэй байдаг тул сургалтынхаа ихэнх хэсгийг тоглоомын хэлбэрээр зохион байгуулах хэрэгтэй ба спортын дасгал тоглоом эсвэл гадаа тоглох дасгалуудыг хөтөлбөртөө суулгаж өгвөл тустай.

### 3.4.3 Охид эмэгтэйчүүд

Азийн олон улс оронд хөвгүүд эрчүүдтэй харьцуулахад охид эмэгтэйчүүдээс зан үйлийн өөр хэм хэмжээг дагаж мөрдөхийг хүлээдэг. Нийгмийн амьдралд эрчүүдийн байр суурийг өндөрт тавьж, охид эмэгтэйчүүд нь гэр бүл дотроо ч, ажлын байр, олон нийтийн газар зөвхөн аав, нөхөр, ах гэх мэт эрчүүдийн үгээр байж, шийдвэрийг нь дагаж байх ёстой гэх үзэл газар авсан байдаг.

Хөвгүүдийг гадуур гарахад нь барагтай хориглож хязгаарладаггүй бол охид гэрийн ажилд илүү цаг зарцуулдаг. Үүнтэй адил ээжүүд гэр орны ачааллыг үүрдэг бол аавууд амрах, найз нөхөдтэйгээ уулзах эсвэл олон нийтийн ажилд цаг заваа зарцуулдаг. Мөн охид эмэгтэйчүүдийг

гэртээ эсвэл гэрийнхээ ойр байхыг шаарддаг хэрнээ хөвгүүд эрчүүд гадуур гарч болдог. Энэ нь охид эмэгтэйчүүдээ хамгаалж, онгон байдлаа хадгалахад нь тусалж байгаа хэрэг гэж үздэг. Эдгээр шалтгааны улмаас охид эмэгтэйчүүд янз бүрийн сургалтад хамрагдах боломжоор хомс байдаг.

Ийм ч учраас сургалтыг төлөвлөхдөө жендэрийн тэгш байдлыг хангаж, аль аль хүйсийн санаа бодлыг тусгах үүднээс хүйсийн харьцааг тэнцүү байлгах, охид эмэгтэйчүүд болон хөвгүүд эрэгтэйчүүдийн хэн хэний оролцоог нарийн чанд төлөвлөх хэрэгтэй. Зорилтот бүлгүүдтэй ажиллах онцлог болон сургалтыг үр дүнтэй зохион байгуулахад жендэрийн талаарх зөвлөмжийг Сургагч багшийн гарын авлага, Хэсэг 3.4, 3.5-с харна уу.

#### 3.4.4 Үндэстний болон шашны цөөнхийн бүлэг

Зорилтот бүлгийнхээ соёл, заншил, амьдралын хэв маягт хүндлэлтэй хандах нь тэдний итгэлийг олж авахад шийдвэрлэх ач холбогдолтой юм. Энэ нь оролцогчдын идэвхтэй оролцоог хангах нөхцөл болдог. Тэдэнд зориулсан сургалтыг төлөвлөхдөө дараах зүйлийг анхаарах хэрэгтэй:

- Сургалт эхлэхээс өмнө зорилтот бүлгийнхээ соёл, зан заншилтэй танилцах, хамгийн чухал гэсэн зан үйлийн хэм хэмжээ, цээр ёсын талаар ойлголт төсөөлөл авсан байх.
- Жендэрийн тэгш бус байдал нь “уламжлал, зан заншил” гэсэн нэрийн дор шашны бүлэглэлүүд болон үндэстний цөөнхийн дунд дэлгэрсэн байх нь элбэг. Эдгээр соёл, бүлгийн охид эмэгтэйчүүд нь өөрсдийнхөө эрхийн төлөө дугардаггүй нь тэдний боловсрол мэдлэггүйнх, мөн тэдний орчин тойронд гэр бүлийнхээ ёс заншлыг дагахаас өөр сонголтгүй нөхцөлд байдгийнх юм. Үндэстний болон шашны цөөнхийн эрх ашиг нь хувь хүний эрх ашгаас илүү дээгүүр тавигддаг. Энэ асуудлыг шийдвэрлэх арга зам:
  - Эдгээр бүлгийн нийгэм, эдийн засгийн асуудлуудыг хүлээн зөвшөөрөх
  - Өнөөгийн нийгэм, эдийн засгийн нөхцөлд жендэрийн тэгш бус байдлыг дэмжсэн ёс заншил нь хэр нийцтэй шударга болох, өөрчлөлт хийх хэрэгтэй эсэх талаар асуух
  - Олон улсын хууль тогтоомжоор баталсан хүний эрх болон эмэгтэйчүүдийн хөдөлмөрлөх эрхийг тайлбарлан таниулах
- Хэрэв тэдний хэлээр ярьж чаддаггүй бол орчуулагч байлгах тал дээр анхаарах. Цөөнхийн бүлэгт харьяалагддаг сургагч багш танай багт ажиллаж байвал бүр ч давуу талтай байх болно.

#### 3.4.5 Боловсрол багатай хүмүүс болон тусгай хэрэгцээтэй хүмүүс

Зорилтот бүлэгт харьяалагдах хүүхэд залуучууд, насанд хүрэгчид нь бие махбод, оюун ухаан, нийгмийн талаасаа асуудал бэрхшээлтэй байж болно. Тэдэнд зориулсан сургалтын хөтөлбөр боловсруулахдаа анхаарах зүйл:

- Сургалтын хөтөлбөр, хичээл нь хураангуй, товчхон байх
- Сургалтын арга барил нь идэвхтэй оролцоог дэмжсэн
- Хэт их мэдээллээр ачаалал үүсгэхгүй байх
- Олгох мэдлэг, чадвар нь бодит амьдралтай нь холбоотой, хэрэгжүүлж болохуйц
- Үг хэллэг нь энгийн, ойлгоход хялбар
- Сургалтын хэрэглэгдэхүүн, ашиглах материал нь үзэмжтэй, мартагдахааргүй байх (аль болох олон үзүүлэн таниулах материал ашиглах)

- Тусгай хэрэгцээтэй хүмүүст тохирсон нөхцөлийг бүрдүүлэх

### 3.4.6 Насанд хүрэгчид

Сургалтад оролцож байгаа насанд хүрэгчид баялаг туршлагатай байдаг. Тэд ихэвчлэн өөрийн гэсэн итгэл үнэмшил, үзэл бодолтой байдаг тул ямар нэгэн асуудлаар өөрийн байр суурин дээрээ баттай зогсох хандлага ажиглагддаг. Туршлага багатай, шинийг хүлээж авахад нээлттэй хүүхдүүдтэй харьцуулахад залуу болон ахимаг насны хүмүүсийн сурах арга барил ялгаатай байдаг.

Насанд хүрэгчдэд зориулсан сургалтын дараах зарчмуудыг харгалзах хэрэгтэй. Үүнд:

- Насанд хүрэгчид олон жилийн турш хуримтлуулсан өөрийн туршлагад суурилсан үнэт зүйл, үзэл бодол, итгэл үнэмшилтэй байдаг.
- Насанд хүрэгчид шинэ мэдлэг мэдээллийг өөрийнхөө туршлагатай харьцуулах хандлагатай байдаг
- Насанд хүрэгчид сургалтын явцад асуудлыг шийдвэрлэхийг эрмэлздэг. Тэд бүх зүйлийг өөрийн амьдралтай холбож, эзэмшсэн мэдлэг чадвараа амьдралд шууд хэрэгжүүлэх боломжтой бол сургалтыг сонирхолтой, үр дүнтэй гэж үнэлдэг.
- Насанд хүрэгчдийн суралцах хэв маяг, хурд нь өөрчлөгдөж байдаг. Ярилцаж байгаа сэдэв тэдний хувьд цоо шинэ зүйл биш байдаг учраас тэдний анхаарал нь хүүхдүүдээс ч бага төвлөрдөг.
- Насанд хүрэгчид ойр ойрхон завсарлах хэрэгтэй.
- Насанд хүрэгчид өөрийн нэр хүндээ эрхэмлэдэг; өөрсдөд нь хэрхэн хандаж байгааг соргог мэдэрдэг, бусдаас хүндлэл хүлээдэг.
- Насанд хүрэгчдэд өөрөө өөрсдийгөө залж чиглүүлэх хэрэгцээ гүн суусан байдаг.
- Хувийн онцлог ялгаа нь нас нэмэгдэх тусам улам тодордог.

### 3.5 БАГУУДАЙ АЖИЛЛАХ ЗӨВЛӨМЖ

Сургагч багш нар оролцоонд суурилсан сургалтын үнэт зүйл, зарчмуудад тохирсон харилцааны хэв маягийг хэрэглэж, оролцогчдоос ч ингэж харилцахыг хүсэх нь чухал юм. Үүнд:

- ✓ Нээлттэй байх
- ✓ Бусдыг хүндлэх
- ✓ Олон янзын туршлагад нээлттэй байх
- ✓ Өөрийн болон бусдын үзэл бодолд шүүмжлэлт дүн шинжилгээ хийх
- ✓ Өөрчлөлтөд бэлэн байх

Дээрх зарчмуудыг дагаж мөрдөх нь бүх оролцогчдод хялбар байдаггүй. Олон хүн хамтран суралцахууд дасаагүй, ингэж суралцаж байсан туршлагагүй байдаг. Тэд бусдын үзэл бодлыг сонирхохгүй, өөрийн үзэл бодлоос татгалзахыг хүсэхгүй байж болно.

Жендэрийн тэгш эрх, хүний эрх, хүчирхийлэл дарамтын талаарх сэдвүүд эмзэг тусаж болзошгүй. Учир нь энэ нь бидний зүрх сэтгэлд ойр асуудлууд юм. Зарим оролцогч ичиж эвгүйрхэж, айж түгшиж болно. Зарим оролцогчдод өөрсдийн үзэл бодол, итгэл үнэмшилтэй нь зөрчилдөх үзэл бодлыг сонсох, хүндлэх нь төвөгтэй байж болно эсвэл тэд эрх мэдлээ алдахаас айж болно. Зарим нь сургагч багш, бусад оролцогчдын зүгээс таагүй хандлага, заналхийллийг мэдэрч

болно. Зарим нь сургалтыг өөрөө зохион байгуулах эсвэл сургалтад саад болохыг ч хүсэж болно.

Сургагч багш нар сургалтын бүтээлч, нөхөрсөг, аюулгүй орчин бүрдүүлэхэд хариуцлага хүлээх бөгөөд сургалт гольдролоороо явагдаж байгаа эсэхэд хяналт тавьж ажиллана. Сургагч багшийн хувьд та хүмүүс, сургалтын уур амьсгал болон багийн динамикт “чиглэх” ёстой. Хэрэв анги танхимд ямар нэг зүйл болохгүй байна гэсэн мэдрэмж танд төрвөл үүнийг илрүүлж, шийдвэрлэх хэрэгтэй. Эс тэгвээс асуудал улам хүндэрч болзошгүй. Энэ нь шинэ сургагч багш нарт хэцүү мэт санагдаж болох ч тийм ч төвөгтэй асуудал биш юм. Асуудал бэрхшээлийг илрүүлэх, түүнийг шийдвэрлэх зарим зөвлөмжийг дор өгсөн болно.

### **Ичимхий, нээлттэй биш оролцогчид**

Сургалтын эхэн үед зарим оролцогч ичиж, нээлттэй биш байж болно. Сургагч багшийн хувьд та үүнд санаа зовж болох ч ингэж санаа зовох шаардлагагүй ч байж болно. Охид эмэгтэйчүүд ичимхий, нээлттэй биш байх олон шалтгаан байдаг:

- Нийгэмшил болон боловсрол. Олон нийгэмд охид эмэгтэйчүүдийг багаас нь дуулгавартай байх, дуугүй байхыг сургаж, энэ шаардлагыг биелүүлэхгүй тохиолдолд шийтгэдэг байна. Ингэж олон охид эмэгтэйчүүд ийм зааварчилгаанд суралцдаг. Тэд сонсож, дуулгавартай байдаг. Харин санаа бодлоо илэрхийлэхээс эмээдэг, бусдыг аялдан дагадаг.
- Олон нийгэмд бэлгийн харилцаа, жендэрийн тухай ярих нь ялангуяа охид, эмэгтэйчүүдийн хувьд хорио цээртэй байдаг. Энэ асуудал нь нууцлаг, хамгийн дотно найзтайгаа шивнэн ярилцах хувийн асуудал бөгөөд олны дунд, багаар нээлттэй ярилцах сэдэв биш гэж үздэг. Энэ нь охид эмэгтэйчүүд гэрлэхээсээ өмнө онгон байх ёстой, харин хөвгүүд, эрэгтэйчүүд багаасаа туршиж үзэж болно гэх үзэлтэй холбоотой.
- Хүчирхийлэл дарамтын мэдрэмж нь маш эмзэг. Энэ нь хүчирхийлэл дарамтад өртсөн хүмүүсийн хүндлэл, нэр төрд хохирол учруулдаг. Хохирогчид энэхүү үйл явдлыг дахин дахин санаж шаналахгүйн тулд сэтгэлийн энэхүү шархаа ихэвчлэн сэтгэлдээ нуун дарагдуулахыг хүсдэг.
- Хүчирхийлэл дарамтын хохирогчдод ичиж зовох мэдрэмж төрж болно. Охид эмэгтэйчүүдийг буруутгах, шийтгэх нь ч бий. Бэлгийн хүчирхийлэл, дарамтын тохиолдолд хохирогч эмэгтэйг эмэгтэй гэдгээр нь буруутгадаг.

### **Ичимхий, нээлттэй биш хүмүүстэй ажиллах нь**

- Ялангуяа сургалтын эхэнд санаа зовох хэрэггүй. Олон оролцогч нээлттэй биш байж болох ч тэд сонсож байдаг. Сургалтын эхэнд бүх оролцогчдоор яриулах гэж яарах хэрэггүй. Ярих хүсэлтэй оролцогч заавал байдаг. Сургагч багш сургалтын нөхөрсөг, таатай, аюулгүй орчин, уур амьсгал бүрдүүлэхэд анхаарах хэрэгтэй. Энэхүү гарын авлагад ийм уур амьсгал бүрдүүлэхэд туслах дасгалуудыг багтаасан болно.
- Өөрийн түүхийг товч танилцуулаарай. Сургагч багшийн хувьд өөрийн талаар, тухайлбал асуудал бэрхшээлийг даван туулсан өөрийн хувийн туршлагаас хуваалцахад оролцогчид илүү нээлттэй болж, танд болон бусдад итгэж эхэлдэг.
- Хэд хэдэн хичээлийн дараа нээлттэй биш оролцогчдыг ямар нэгэн ажилд туслахыг санал болгож болно. Энэ нь тэдэнд өөртөө итгэх итгэлийг бий болгодог. Учир нь өөрсдийг нь хүндэлж байна, сургалтад идэвхтэй оролцож байна гэсэн мэдрэмж тэдэнд төрдөг.
- Хүүмүүсийг аливаа үйл ажиллагаа, дасгалд оролцохыг албадаж болохгүй. Хийхийг хүсэхгүй байгаа зүйлийг нь хүчээр хийлгэж болохгүй. Жүжигчилсэн тоглолтод сайн дураараа оролцох

хүсэлтэй хүмүүсийг л оролцуулна. Хохирогч эсвэл гэмт хэрэгтний дүрд хэн нэгнийг томилж болохгүй. Багуудад өөрсдөө шийдвэр гаргах боломж олгоорой. Тухайн дүрд тоглохыг хэн ч хүсэхгүй байвал баг тухайн асуудлыг илэрхийлэх өөр хувилбар хайж олж болно.

- Ичимхий, хаалттай хүмүүсийг бусад нөхцөлд ажиглаарай. Сургалтын үеэр уйлах, эмзэглэх эсвэл хичээлээс гэнэт гарч явах зэргийг ажиглаарай. Зарим оролцогч хүчирхийлэл дарамтад өртсөн хохирогч байж болно. Хэн нэгэнд таагүй байвал түүнийг тайтгаруулж, тантай эсвэл өөр хэн нэгэнтэй асуудлаа хуваалцахыг хүсэж байгаа эсэхийг асуугаарай.

### Дургүйцэл, эмх замбраагүй байдлаас сэргийлэх

Хувь хүний бухимдал, бүлгийн сэтгэл хангалуун бус байдлаас урьдчилан сэргийлэхэд дараах аргууд тустай:

- ✓ Сургалтыг нээлттэй, шударга, хүндэтгэлтэй зохион байгуулах
- ✓ Сургалтын эхэнд оролцогчдын хүлээлтийг хэлэлцэх
- ✓ Сургалтын эхэнд багийн дүрмийг хамтарч тогтоох
- ✓ Өдөр бүр товч үнэлгээ хийх

### “Хэцүү” оролцогчтой харилцах аргуудаас

Сургалт бүрт онцгой анхаарал шаарддаг, эсэргүүцсэн байр суурьтай хүмүүс байж болно. Зарим тохиолдолд өөрсдийн зан үйл нь сургалтад саад болж байгаа гэдгийг тэд мэдэж болно. Харин зарим нь өөрсдийн үйлдлийн сөрөг үр дагаврыг ойлгодоггүй. Хэлэлцүүлгийн үеэр ганцаараа ярих, ноёрхох байдал үүсгэх, тоглоом наадам хийх, сургалтын дүрмийг баримтлахгүй байх, сургагч багшийг байнга эсэргүүцэх, сургалтын явцад саад хийх оролдлого гаргах зэрэг нь ийм сөрөг хандлагын жишээ юм

Ихэвчлэн ийм хүмүүс сургагч багшаас онцгой анхаарал хүсэж байдаг. Учир нь өөрсдийгөө ухаантай, онцгой хүн гэж харуулахыг хүсдэг. Ийм зан үйл нь ховор тохиолдолд сургагч багшид хандах сөрөг хандлагатай холбоотой. Ийм зан үйлтэй тэмцэх зарим арга:

- ✓ Хэн нэгэн сургалтад саад хийх гэсэн оролдлогыг анзаарсан даруйдаа тухайн хүнтэй ганцаарчлан ярилцах эсвэл эелдэг бөгөөд хүндэтгэлтэй байдлаар тухайн асуудлыг нь шийдэх арга олоорой.
- ✓ Тухайн хүний оролдлого зогсохгүй бол тухайн хүнтэй илүү дотно харилцаатай хэн нэгнээс асуудлыг шийдэхэд тусламж хүсэж болно.
- ✓ Тухайн хүнтэй асуудлынх нь талаар ярилцахдаа (тусгайлан эсвэл нийтийн өмнө) тухайн үйлдлээс нь шалтгаалж ямар сөрөг үр дагавар бий болж байгааг онцлон хэлээрэй. Ингэхдээ тухайн хүнийг бус, үйлдлийг нь буруутгаж байгаа гэдгийг онцлох хэрэгтэй.
- ✓ Сургалтын үеэр эрч хүчээ зөв зарцуулах боломж олгож, тодорхой үүрэг хариуцлага оноож болно.
- ✓ Зарим нэг онцгой тохиолдолд тухайн хүнийг өөрт байгаа асуудлаа нийтийн өмнө ярьж, хамтдаа шийдэх арга зам хайх боломж олгож болно. Гэхдээ энэ арга нь тухайн хүнийг буруутгаж байгаа мэт мэдрэмж төрүүлдэг тул, мөн цаг их шаардсан, багийн ажиллагаанд сөрөг нөлөө үзүүлэх магадлалтай тул хэрэглэхдээ болгоомжтой хандах шаардлагатай.



### Өөр өөр үзэл бодол зөрчилдөх тохиолдолд асуудлыг шийдэх аргаас

Өөр өөр хүмүүс өөр өөр үзэл бодолтой байдаг нь ердийн зүйл. Холимог бүлэгт өөр өөр үзэл бодолтой хүмүүс цугласан байдаг. Үүнээс айх хэрэггүй. Харин ч энэхүү ялгаатай байдал нь сургалтын үнэ цэнэтэй боломж болно. Сургалтын хамгаалагдсан орчинд хоорондоо хэзээ ч үзэл бодлоо хэлэлцэж солилцдоггүй нийгмийн янз бүрийн давхаргын хүмүүсийн хооронд хүндлэл, ойлголцлыг бий болгож болно. Тухайлбал, эрэгтэйчүүд өөрсдийгөө эмэгтэй хэмээн төсөөлөн, эмэгтэйчүүдийн байр суурийг мэдэж, харин эмэгтэйчүүд эрэгтэйчүүдийн байр суурийг мэдэж харилцан ойлголцол, хүндлэл эхэлдэг.

Багийн динамикийг удирдаж байгаа хүний хувьд таны сургалтын хэв маяг чухал үүрэг ач холбогдолтой байх болно:

- Таныг шударга, аль нэг талыг бариагүй гэдгийг оролцогчид мэдрэх хэрэгтэй
- Бүх хүмүүст дуу хоолойгоо өргөх боломж олгох
- Зарим үед “зөв” эсвэл “буруу” хариулт гэж байдаггүй. Ийм тохиолдолд бие биеэ сонсох нь чухал. Эцэст нь оролцогчид “зөвшөөрч эсвэл эс зөвшөөрнө”.
- Хүний эрхийн асуудлаар өөр өөр үзэл бодол гарах тохиолдолд сургагч багш эрх нь зөрчигдөж байдаг хүмүүс, нийгмийн бүлгийн талд хатуу зогсох хэрэгтэй.

Зөрчил нь заавал сөрөг үр дагавартай байх албагүй бөгөөд зөв шийдвэрлэж чадвал сургалтын бүтээлч эх сурвалж болж болно. Асуудал юундаа байна гэдгийг олж харах нь чухал билээ. Хамтын ажиллагааны эхний шатад танихгүй хүмүүсийн хоорондын үл ойлголцлоос үүдэж зөрчил үүсэж болно. Оролцогчдын хооронд үзэл бодлын зөрөлдөөн, хувь хүний ялгаа, шашин, улс төр, итгэл үнэмшлийн зөрчилдөөн, хувь хүн хоорондын болон байгууллага хоорондын өрсөлдөөн зэрэг сургагч багшийн мэдэх боломжгүй өөр бусад зөрөлдөөн байж болно.

Сургалтын үеэр сургагч багш дараах дүрмийг мөрдөх нь тустай:

- Оролцогчийн өгсөн хариултыг шууд буруутган түүнийг эвгүй байдалд оруулж, тайлбар, үзэл бодлыг нь эсэргүүцэж, шүүмжлэхээс сэрэмжлээрэй. Эхлээд санал шүүмжлэлийг нь талархан сонсож, өөрөө санал нийлэхгүй байсан ч хүндэтгэлтэй, эерэг хандах хэрэгтэй. “Би тантай санал нэг байна, гэхдээ ...” зэрэг хариултаас зайлсхийгээрэй. Энэ нь үл итгэл, уур бухимдлыг төрүүлж болно. Харин “Би ойлгож байна ... бөгөөд ...”, “Би таны саналыг хүндэлж байна, мөн ...”, “Би таны саналыг дэмжиж байна, мөн...” зэрэг хэллэг ашиглаж болно.
- Оролцогчийн мэдрэмж, санал бодлыг хүлээн зөвшөөрсний дараа хэлэлцүүлэх асуудлаа дэвшүүлж, бусдын санал бодлыг сонсох хэрэгтэй. Оролцоонд суурилсан хэлэлцүүлгийн гол зорилго нь цорын ганц зөв хариултыг олох, бүх асуудлаар нэгдсэн саналд хүрэхэд оршихгүй. Харин аль болох боломжит олон хувилбарыг сонсож, асуудалд олон гарц хайх, оролцогчидтой хамтран аль нь зөв, шударга болохыг шийдвэрлэхэд оршино. Иймд хамгийн зөв эсвэл буруу хариулт гэж байхгүй.

### Багуудын дунд гарсан зөрчилдөөнийг шийдэх аргаас:

- ✓ Ямар нэгэн асуудлаар үл ойлголцол бий болсныг анзаарсан даруйдаа сургагч багшийн хувьд хөнгөн наргиа маягаар асуудлыг намжаах арга хэрэглээрэй.
- ✓ Хэрэв тухайн маргаан сургалтын агуулга, явцтай огт холбоогүй бол анхаарлыг гол зүйл рүү нь чиглүүлээрэй.
- ✓ Хэрэв тухайн зөрчил сургалтын агуулга болон явцтай, тухайлбал жендэрийн асуудалтай холбоотой бол энэ талаар нээлттэй ярилцахыг урьж, юу нь шударга болохыг хэлэлцээрэй.
- ✓ Бүх оролцогчдод хүндэтгэлтэй хандаж, өөрсдийн санал бодлоо илэрхийлэх боломжийг адил

тэгш олгоход анхаараарай.

- ✓ Нөхцөл байдлыг намжаах, багийн ажиллагаа, харилцааг эерэг зүйлд чиглүүлэхийн тулд хөнгөн тоглоом, дасгал ажиллуулж болно
- ✓ Оролцогчдыг аль болох өөр өөр хүмүүсээс бүрдсэн жижиг багуудад хуваарилахыг хичээгээрэй. Энэ нь хамтын ажиллагааг өдөөн идэвхжүүлж, нийгмийн өөр өөр давхаргаас гаралтай хүмүүсийн хооронд нэгдэл нягтралыг бий болгоно.
- ✓ Ямар хүмүүсийн хооронд хувийн асуудлаар зөрчил үүсдэгийг мэдэж байгаа бол тэднийг нэг багт хуваарилахаас зайлсхийгээрэй.
- ✓ Жижиг багуудын бүрэлдэхүүнийг аль болох ойрхон өөрчлөх нь хүн бүр бие биетэйгээ хамтрах, танилцах боломжийг бүрдүүлнэ.

Зарим тохиолдолд зөрчил маргаан шийдвэрлэх аргагүй нөхцөлд хүрч, гүнзгийрэх нь бий. Ховор тохиолдолд ноцтой гүнзгийрч, сургалтын үйл ажиллагааг тасалдуулах нөхцөл үүсдэг. Тийм үед маргалдагч талуудыг анги танхимыг орхин гарахыг хүсэхээс өөр аргагүйд хүрдэг. Азаар ихэнх зөрчил тиймдээ тултал гүнзгийрэлгүйгээр, сургалтын үеэр намжих боломжтой байдаг.

### 3.6 АМЬДРАХ УХААНЫ СУРГАЛТЫГ ҮР ДҮНТЭЙ ТӨЛӨВЛӨХӨД ЖЕНДЭРИЙН АСУУДЛЫГ ХАРГАЛЗАХ ЗӨВЛӨМЖ

Амьдрах ухааны сургалтын нэг салшгүй хэсэг бол жендэрийн тэгш эрхийг дэмжих асуудал юм. Сургагч багш нар жендэрийн тэгш эрх гэж юу болох, энэ асуудлыг сургалтын бүхий л явцад үр дүнтэй хэрхэн интеграцчлах талаар мэдэх нь ихэд чухал. Энэ хэсэгт сургалтын төлөвлөлт, агуулга, үйл явцыг авч үзнэ (8-р хэсэг, Б, В. Жендэрийн тэгш эрхийн үзэл баримтлал, дэмжих стратегийн талаар дэлгэрэнгүй мэдээллийг харна уу)

#### 3.6.1 Амьдрах ухааны сургалт зохион байгуулж, төлөвлөхдөө жендэрийн асуудлыг харгалзах зөвлөмж

##### Зорилтот бүлгүүд болон хамтрагч байгууллагуудын сургалтын хэрэгцээг тодорхойлох нь

Амьдрах ухааны сургалтыг төлөвлөх шатанд сургалт зохион байгуулагчид болон сургагч багш нар тухайн зорилтот бүлгийнхээ хүрээнд охид хөвгүүд, эрэгтэйчүүд, эмэгтэйчүүдийн нөхцөл байдал, жендэрийн тэгш байдал хэрхэн хангагдаж байгааг мэдэх нь чухал. Мөн тэднийг дэмжин ажиллах хамтрагч байгууллагуудын зүгээс жендэрийн тэгш байдлыг хангах, мэдлэг мэдээлэл түгээх тал дээр хэрхэн ажиллаж байгааг мэдэх нь чухал. Зарим байгууллагууд жендэрийн асуудлыг үндсэн бодлого төлөвлөгөөндөө тусгаж, жендэрийг онцолсон арга хэмжээний бодлого хөтөлбөр төлөвлөсөн байдаг. Гэсэн хэдий ч ихэнх байгууллага, тэр дундаа боловсрол, сургалтын байгууллагууд, хүүхдийн эрхийн төлөө байгууллагууд энэ асуудлаар практик туршлага багатай байдаг бөгөөд энэ чиглэлийн чадавхиа нэмэгдүүлэх шаардлагатай билээ.

Зорилтот бүлгүүд, тэдний амьдарч ажиллаж байгаа орчны талаарх судалгаа нь ихэвчлэн жендэрийн шинжилгээг агуулсан байдаг.<sup>4</sup> Хэрэв та зорилтот бүлгийнхээ, хамтрагч байгууллагуудынхаа дунд жендэрийн тэгш бус байдал ямархуу байгаа талаар, мөн тэдний сургалтын хэрэгцээний талаар хангалттай бодит мэдээлэл мэдлэггүй бол жендэрийг онцолсон сургалтын хэрэгцээ байгаа эсэх дээр шинжилгээ заавал хийх хэрэгтэй. Мөн Амьдрах ухааны сургалтын сургагч багш бэлдэх сургалтад хамрагдах хүсэлтэй байгууллагуудын дунд жендэрийн түргэвчилсэн судалгаа хийхийг зөвлөж байна.<sup>5</sup>

<sup>4</sup> Эх сурвалж: *GECL Guide* by Nelien Haspels & Busakorn Suriyasarn (ILO: Bangkok, 2003), Part 1 and Checklist 4: Is gender included in your research design?, pp. 62-66

<sup>5</sup> Эх сурвалж: Checklist 6: How does your organization deal with gender equality promotion? In the *GECL*, pp. 68-69.

### Сургалтын баг, оролцогчдын хүйсийн тэнцвэртэй байдал

Сургагч багшийг бэлтгэх сургалт болон зорилтот бүлгийн сургалтын баг бүрдүүлэхдээ жендэрийн тэгш эрхийн асуудлаар мэргэшсэн, энэ чиглэлийн сургалтад оролцож байсан туршлагатай наад зах нь нэг, болж өгвөл хэд хэдэн сургагч багш байхад анхаараарай. Түүнээс гадна сургалтын багийн хүрээнд хүйсийн тэнцвэртэй байдлыг хангахад анхаараарай.

Тэгш эрхийн асуудлаар бэлтгэл хийх хүрээнд оролцоо багатай, шийдвэр гаргах үйл явцад оролцох боломжоор хязгаарлагдмал хүмүүсийг чадавхжуулах, хүн нэг бүрт дуу хоолойгоо хүргэх боломжийг олгох нь чухал. Энэ нь ихэвчлэн охид, эмэгтэйчүүд байдаг. Нөгөө талаас жендэрийн тэгш эрхийн асуудлыг “эмэгтэйчүүдийн” сэдэв болгох хэрэггүй. Жендэрийн тэгш эрхийн асуудал нь охид, хөвгүүд, эмэгтэйчүүд эрэгтэйчүүдийн хэн хэнтэй холбоотой асуудал юм. Одоогийн бүтцийг өөрчлөх гол арга зам бол аль аль хүйсийн төлөөллийг тэгш оролцуулах, аль аль хүйсийн тэгш оролцоотойгоор асуудлыг шийдвэрлэх, зөвшилцөлд хүрэх явдал юм.

Эрэгтэй, эмэгтэй оролцогчдын тоо тэнцүү байх нь хамгийн оновчтой. Гэвч сургалт зохион байгуулагчид бэрхшээлтэй тулгарах нь бий. Мэргэжлийн бэлтгэл гэдэг нь зарим хүмүүст ховор тохиох нөөц юм. Олон тохиолдолд охид, эмэгтэйчүүд мэргэжлийн бэлтгэлд оролцох тэгш эрхээр хангагддаггүй, аль аль хүйсэд чиглэсэн сургалтын давуу тал, үр шимийг хүртэж чаддаггүй. Энэ шалтгааны улмаас сургалт зохион байгуулагчид сургалтад хэн оролцох талаар урьдчилан тодорхойлох хэрэгтэй.

### Холимог бүлэгт зориулсан сургалтын төлөвлөгөө боловсруулах нь

Амьдрах ухааны сургалтыг холимог буюу хоёр хүйсийн аль алинд нь зориулж хийхээр бол эмэгтэй, эрэгтэй оролцогчдын тоог тогтоож өгөх хэрэгтэй. Яг хэдээр тогтоох вэ гэдэг нь тухайн салбар, нөхцөл байдал, сэдвээсээ шалтгаалах боловч дараах нийтлэг зүйлсийг анхаарах хэрэгтэй:

- Сургагч багшийн сургалт хийх үедээ эрэгтэй, эмэгтэй сургагч багшийн хэн хэнийг бэлдэх нь чухал. Зорилтот бүлгийн сургалтын баг нь нэг эрэгтэй, нэг эмэгтэй сургагч багштай байвал холимог бүлэгт зориулсан сургалтад хамгийн зохистой гэж үздэг.
- Хэрэв та охид, эмэгтэйчүүдийг өөртөө итгэлтэй байж, сургалтад илүү идэвхтэй оролцоосой гэж хүсэж байвал тэдний тоог илүү байлгахыг эрмэлзээрэй. Учир нь тэд эрэгтэйчүүдтэй уралдаж ярьж болохгүй гэж заалгаж өссөн байдаг. Эрэгтэйчүүд хэдий цөөхөн байсан ч тухайн баг хамт олныг давамгайлах гээд байх талтай байдаг.
- Сургалтад оролцогчдын хүйсийн харьцааны хамгийн зохистой хэмжээ 40/60 байх нь холимог бүлэгт аль ч хүйсийн төлөөлөл өөрсдийгөө илэрхийлэх боломжоор тэгш хангаж өгдөг. Мөн аль ч хүйсийн оролцоог 1/3-с багагүй байлгах тал дээр анхаарах хэрэгтэй. Эс тэгвээс цөөнх болж байгаа хүйсийнхэн өөрсдийгөө илэрхийлэх боломжгүй болно.
- Оролцогчдынхоо нас болон хүйсийн онцлогийг харгалзан, тэдний ажлын цаг, мөн байршлыг судалж байж сургалтынхаа товыг тодорхойлох нь хэн хэнийхээ оролцоог хангахад дөхөм болно.
- Нэр төдий оролцоо буюу ганцхан эрэгтэй, эсвэл эмэгтэй оролцуулж, хүйсийн харьцааг хангасан, тэгш боломж олгосон нэр зүүхээс зайлсхийх хэрэгтэй. Ийм тохиолдолд цөөнх болсон оролцогчдын хувьд өөрсдийгөө илэрхийлэх боломж бүрдэхгүй.
- Холимог бүлгийн сургалтын үед хэзээ эрэгтэй эмэгтэйгээр нь салгаж, дасгал ажиллуулах вэ? Хэрэв тухайн сэдвийн хүрээнд хоёр хүйсийнхний хооронд таагүй байдал үүсэх, эмзэглэмээр зүйл, ялангуяа бэлгийн харилцаа, нөхөн үржихүйн эрүүл мэнд, гэр бүлийн хүчирхийллийн талаар яригдах бол эхлээд зөвхөн охид, зөвхөн хөвгүүд эсвэл зөвхөн эрэгтэй болон зөвхөн

эмэгтэйчүүдэд зориулсан дасгал ажиллуулаад, дараа нь холимог багаар сургалтаа зохион байгуулах хэрэгтэй.

### Эмэгтэйчүүдийг хэдийд тусад нь сургах вэ?

Зорилтот бүлгийн онцлогоос шалтгаалаад зарим сургалтыг зөвхөн эмэгтэйчүүдэд зориулж хийх хэрэг гардаг. Тодруулбал:

- Нийгмийн эмзэг хэсэгт харьяалагдах охид эмэгтэйчүүдийн амьдралд аятай таатай боломж барагтай бол олддоггүй. Тэднээс амьдралыг байгаагаар нь хүлээж авах, хүн бүрийн үгийг сонсох, бусдыг буюу эрчүүд, тэр дундаа аав, ах, нөхөр, хүү, эсвэл эгчмэд болон баян эмэгтэйчүүдийн үгийг дагах ёстой гэж сургадаг. Ийм тохиолдолд эхлээд охид эмэгтэйчүүдэд зориулсан сургалтыг тусад нь явуулж, бие биеэсээ суралцах, өөртөө итгэх итгэлээ нэмэгдүүлэх, дэлхий даяар эмэгтэй хүн бүр адил сорил бэрхшээлтэй тулгардаг ба хамтдаа тэдгээрийг хэрхэн даван туулах тухай ойлголт өгөх хэрэгтэй.
- Зарим соёл, зан заншил охид, эмэгтэйчүүдийг хөвгүүд, эрэгтэйчүүдийн дэргэд өөрийн санал бодлоо илэрхийлэхийг зөвшөөрдөггүй.
- Сургалтыг зөвхөн тухайн зорилтот бүлэгт зориулсан бол тэдний ойр орчны насанд хүрсэн эрэгтэйчүүд, эмэгтэйчүүдээс тухайн сургалтыг ойлгож, дэмжлэг үзүүлэхэд нь шаардагдах жендэрийн тухай ойлголт, мэдлэг өгөх хэрэгтэй эсэхийг эхлээд тодруулах хэрэгтэй. Жишээ нь, шилжин суурьшлын эхлэл цэгт амьдардаг эцэг эхчүүдэд зориулсан сургалт хийхдээ аав, ээж нарын хэн хэнийг нь, тухайн орон нутгийн идэвхтнүүдийг амьдрах ухааны сургалтад хамруулах нь зөв байдаг. Гэрийн үйлчилгээний ажил эрхэлдэг хүүхдүүд, туслах малчин хүүхдүүдэд зориулсан сургалтын үеэр ажил олгогч эздэд зориулсан сургалт төлөвлөж, зохих ойлголт, мэдлэгийг өгч байх нь чухал.

### 3.6.2 Амьдрах ухааны сургалт явуулахад шаардлагатай жендэрийн тухай зөвлөмжүүд

#### Сургалтын агуулга

- ✓ Сургалтын эхний шатад оролцогчдын жендэрийн төлөвийг тодорхойлж, “жендэрийн шинжилгээ” хийгээрэй. Ихэвчлэн насанд хүрсэн эрчүүд, мөн нийгэмд байр сууриа эзлэн танигдсан эмэгтэйчүүдийн зүгээс эсэргүүцлээ илэрхийлэх нь элбэг байдаг нь тэд өөрсдөө хэзээ ч ийм гадуурхалтыг мэдрээгүй байдагтай холбоотой.
  - Жендэрийн асуудал нь зарим хүний хувьд эмзэг сэдэв байж болно. Учир нь энэ сэдэв нь эмэгтэйчүүд болон эрэгтэйчүүд юу хийж болох, харин юу хийж болохгүй талаар нийгэмд тогтсон хэм хэмжээ болон хувь хүний үнэт зүйлтэй холбоотой юм.
  - Хүмүүс тогтсон үүрэг, загвар, эрх мэдлийн харьцааны өөрчлөлттэй холбоотойгоор заналхийлэл мэдэрч болно.
  - Энэхүү гарын авлагын танилцах дасгалууд нь жендэрийн тэгш эрхийн талаарх оролцогчдын үзэл бодлыг богино хугацаанд шинжлэхэд сургагч багш нарт тусалж, сонирхолтой, аюулгүй арга замаар жендэрийн сургалтыг үр дүнтэй зохион байгуулах боломж олгодог.
- ✓ Этгээд үг хэллэгээс зайлсхийж, аль болох энгийн ойлгомжтой үг хэллэг хэрэглээрэй. Жендэрийн тэгш байдлыг хангахтай холбоотой ойлголт, тодорхойлолтыг тойруу утгагүй, ойлгоход хялбар үгээр илэрхийлэх шаардлагатай.
  - Боловсролын түвшнээс үл хамаараад хүн бүр шударга ёсны талаар ойлголт төсөөлөлтэй байдаг.

- Юу зөв, юу буруу болох талаар хэлэлцэхдээ академик хэлэлцүүлэг өрнүүлж, “жендэрийн нарийн нэр томьёо, ойлголт” хэрэглэхээс илүү нийгмийн шударга ёсны эдгээр ойлголт төсөөлөл, эрүүл ухаанд хандах нь үр дүнтэй байдаг.
- ✓ Эрэгтэйчүүд, эмэгтэйчүүдийг хооронд нь талцуулахаас сэргийлээрэй. Бүх эмэгтэйчүүд хохирогчид, бүх эрчүүд хүчирхийлэгч хэмээн хэт туйлшрахаас зайлсхийгээрэй. Энэ нь оролцогчдыг төөрөгдөлд оруулахаас гадна бодит байдалд ч нийцдэггүй. Феминист эрэгтэйчүүд жендэрийг дэмжигч, сурталчлагч байж болох бөгөөд бусад эрэгтэйчүүдийн эсэргүүцлийг ч давж чаддаг.
- ✓ Хэт ерөнхийлөн дүгнэхээс зайлсхийж, эмэгтэйчүүд, эрэгтэйчүүдийн хэн хэнд нь хүндлэлтэй хандаарай.
- ✓ Оролцогчдын өдөр тутмын амьдралтай холбоотой сургалтын хэрэглэгдэхүүн ашиглаж, жендэрийн асуудлыг эрэгтэйчүүд, эмэгтэйчүүдийн хэн хэнийх нь өнцгөөс тайлбарлаарай. Аль аль хүйсэд чиглэсэн үг яриа хэрэглээрэй.
- ✓ Тухайн зорилтот бүлэгт тулгарч болох өөр төрлийн ялгаварлан гадуурхалтыг (тухайлбал, нас, гарал үүсэл, шилжин суурьшигчийн байр суурь г.м.) харгалзах хэрэгтэй. Оролцогчдод тулгардаг бусад төрлийн ялгаварлан гадуурхалтыг орхигдуулж зөвхөн жендэрийн ялгаварлан гадуурхалттай тэмцэх нь үр дүнгүй.

### Сургалтын явц

- ✓ Аль аль хүйсийн оролцогчдод, ялангуяа эмэгтэйчүүдэд санал бодлоо хэлэх хугацаа хангалттай олгох хэрэгтэй.
  - Эрэгтэйчүүд/хөвгүүд олон нийтийн өмнө үг хэлж сурсан байх нь элбэг бөгөөд түргэн хариу үйлдэл үзүүлж, илүү удаан ярьдаг. Ийм нөхцөлд тухайн хүнийг яриулах хэдий ч аль болох товч ярихыг сануулах нь зүйтэй.
  - Тасалгаанд эрэгтэйчүүд хамт байхад охид, эмэгтэйчүүд ичингүйрэх хандлагатай байдаг. Охид/эмэгтэйчүүдийн дуу хоолойг сонсохыг хүсэж байгааг дурдаж, аль болох эмэгтэйчүүдийг илүү яриулахад анхаарах хэрэгтэй.
  - Зарим охид/эмэгтэйчүүд яриасаг байдаг бөгөөд хэлэлцүүлгийн явцад давамгайлах хандлагатай байдаг. Тэднийг мөн хэт их яриулахгүй, бусдад нь цаг гаргах талаар анхаараарай.
  - Цөөнх болсон хүмүүст санал бодлоо илэрхийлэх боломж олгож, сургалтын эхэнд болон төгсгөлд аль аль хүйсийн хувь нэмэр, үзэл бодлыг үнэлээрэй.
- ✓ Хүн бүрийн, тэр дундаа цөөнх болсон хүмүүсийн санал бодлыг хүндэтгэн сонсоорой.
- ✓ Эмэгтэйчүүд эв нэгдэлтэй байдаг хэмээн автоматаар төсөөлж болохгүй. Эмэгтэй хүн бүр адилгүй бөгөөд бусад эмэгтэйчүүдтэй санал нэгдэхээсээ илүүтэй өөрсдийн нийгэм эдийн засгийн эсвэл шашны болон ястны бүлэгт харьяалагддаг эрчүүдийг хүндлэн, тэдэнд үнэнч байхыг эрхэмлэх нь бий. Энэ нь ялангуяа гэрийн үйлчлэгч эмэгтэйчүүдэд хамааралтай: тэд ажил олгогч эрэгтэйчүүдээс илүү хатуу хахир ажил олгогч эмэгтэйчүүдтэй харьцдаг.
- ✓ Эмэгтэй хүн бүр жендэрийн тэгш байдлыг дэмждэг хэмээн найдаж болохгүй.
  - Эрх барих түвшинд ажиллаж байгаа эмэгтэйчүүд ч эрчүүдийн адил жендэрийн тухай сургалтыг хэн хэндээ хэрэгтэй тустай зүйл гэж харахын оронд тэдний эрх мэдэлд харшлах, заналхийлэх агуулгатай хэмээн үзэх нь байдаг.
  - Гэхдээ ихэнх эмэгтэйчүүд бусад эмэгтэйчүүдийн адил нөхцөл байдалд байдаг, адилхан сорил бэрхшээл туулдгийнхаа хувьд нийгэмд жендэрийн тэгш байдлыг хангахад чиглэсэн өөрчлөлтүүдийг идэвхтэй дэмжигч болдог.

- ✓ Аль нэг хүйсийг дорд үзсэн даажигнал:
  - Эрэгтэй ч бай, эмэгтэй ч бай энэхүү сэдвээр өөрийг нь доош хийж байгаа мэт мэдрэмж төрвөл зохисгүй үг хэрэглэж, тоглоом наргиан болгох гэж, ялангуяа эмэгтэйчүүдийг “байх ёстой байранд нь тавих” гэж оролддог.
  - Энэ төрлийн дайралтыг зүгээр өнгөрөөх нь буруу бөгөөд тухайн дайрагч этгээдээс өөрийн хэлж байгаа зүйлдээ итгэлтэй байгаа эсэхийг нь шууд асууж, яагаад гэдгийг нь тодруулах хэрэгтэй.
  - Мөн бусад оролцогчдоос ч гэсэн санал бодлыг нь асууж, энэ талаар хэлэлцүүлэг өрнүүлэх нь зүйтэй. Энэ арга ихэнх тохиолдолд үйлчилдэг бөгөөд хүний үндсэн эрх зөрчигдөж, нэг нэгийгээ хүндлэхгүй байгааг анзаарсан байдаг.
  - Хэрэв тухайн арга үйлчлэхгүй хэвээр байвал сургалтын орчинд ийм үйлдлийг хүлээн зөвшөөрөхгүй болохыг сануулах хэрэгтэй.
- ✓ Хэрэв ямар нэгэн хэмжээний эсэргүүцэл байвал олонд хүндлэгдсэн жендэрийн мэргэжилтнүүдийг урьж оролцуулаарай. Энэ нь жендэрийн тэгш эрхийн асуудлаар олонд хүндлэгдсэн хүмүүсийн дэмжлэг авахад тустай. Өөрийн байгууллагаас эсвэл нутаг орондоо хүндлэгдсэн эрэгтэй, эмэгтэй хэнийг ч урьж болно. Хэрэв олны дунд нэр хүндтэй хүмүүс уг асуудлыг ингэтлээ их анхаарч, ач холбогдол өгч, дэмжиж байгааг мэдвэл энэ асуудлыг өөр өнцгөөс харж тунгаах сэдэл эсэргүүцэгч этгээдэд төрдөг.

## 4. Амьдрах ухааны сургалтыг төлөвлөх

Энэ хэсэгт Амьдрах ухааны сургалтыг төлөвлөх, зохион байгуулах асуудлаар практик зөвлөмжийг тусгасан болно. Үүнд: сургалтын хөтөлбөрийг хэрхэн боловсруулах (хэрэгцээний үнэлгээ хийх стратеги болон аргаа сонгох); сургагч багш нарын багийг хэрхэн бүрдүүлэх, оролцогчдоо хэрхэн сонгох; сургагч багш нар болон зорилтот бүлэгт зориулж хичээлийн хөтөлбөрийг хэрхэн боловсруулах; эргэх холбоо хэрхэн тогтоох, сургалтын явцад болон төгсгөлд үнэлгээ хэрхэн хийх; сургалтын талаар хэрхэн тайлагнах зэрэг асуудлууд орно. Амьдрах ухааны сургалтын хөтөлбөрийг төлөвлөх явц тухайн сургалт болохоос дор хаяж 2-3 сарын өмнө хийгдэх ёстой.

### 4.1 АМЬДРАХ УХААНЫ СУРГАЛТЫН ТӨЛӨВЛӨЛТ БОЛОН ХЭРЭГЦЭЭНИЙ СУДАЛГАА

#### Сургалтын стратеги

Сургалтын стратегийг тодорхойлохдоо сургалт зохион байгуулж байгаа сургагч багш нар болон холбогдох байгууллагууд юуны өмнө ямар үр дүнд хүрэхийг зорьж байгаа, хэнийг ямар зорилгоор сургах гэж байгаа, тэдэнд ямар хэрэгцээ байгааг тодорхойлох хэрэгтэй.

Гол асуудлууд:

- Амьдрах ухааны сургалт/Сургагч багш нарын сургалт нь тухайн байгууллагын үйл ажиллагааны чиглэл болон алсын зорилгод хэр нийцэж байгаа, хамгийн түрүүнд анхаарах зүйлс нь юу болох?
- Амьдрах ухааны сургалт/Сургагч багш нарын сургалтаас, мөн оролцогчдоос ямар үр дүн хүлээж байгаа?
- Тухайн сургалтын үр дүнг хамгийн их хүртэгч нь хэн, ямар байгууллага байх, сургалтаас эзэмшсэн мэдлэг чадвараа ажил хэрэг болгох нь хэн байх?
- Сургалт эхлэхийн өмнө сургагч багш нар болон оролцогчдын чадвар, чадамж ямар түвшинд байна вэ?
- Сургалт зохион байгуулагч болон сургагч багш нар өмнө нь энэ төрлийн сургалт зохион байгуулж байсан туршлагатай эсэх? Тэдний давуу болон сул тал юу болох, сургалтын явцад тэдний давуу талыг хэрхэн хөгжүүлж, сул талыг нь хэрхэн даван туулах боломжтой вэ?
- Тухайн сургалтыг зохион байгуулахтай холбоотой байгууллагын дотоод нөөц бололцоо юу байгаа, мөн бусдаас ямар нөөц, мэдлэг шаардлагатай вэ?

#### Сургалтын хэрэгцээг үнэлэх

Сургалтын хэрэгцээг үнэлэх нь сургалтыг зохион байгуулах эхний алхам юм. Сургалтын хөтөлбөрийн агуулга болон хэв маяг нь хэрэгцээнд тохирсон байх тусам сургалт үр дүнтэй байх магадлал төдийчинээ өндөр байх болно. Сургалтын хэрэгцээг явцуу эсвэл өргөн хүрээнд үнэлж болох бөгөөд хүүхэд залуучууд, гэр бүл эсвэл тэдний зуучлагч болох хөтөлбөрийн зохицуулагч, багш нар, нийгмийн ажилтнууд, сургагч багш нар эсвэл мэдлэг түгээгч хүмүүсийг оролцуулж болно. Үнэлгээг ажиглалт, хэлэлцүүлэг зэрэг албан бус замаар хийхийн хамт асуулга боловсруулж илүү системчилсэн арга замаар ч хийж болно.

## Сургалтын төлөвлөгөө

Сургалтын стратегийг тодорхойлж, хэрэгцээг үнэлсний дараа сургалт хариуцсан хүмүүс дараах зүйлийг хийнэ:

- Сургалтын хэрэгцээ, зорилго болон агуулгыг товч тодорхойлох
- Сургалтыг санаачилсан байгууллагатай дээрх тайланг баталгаажуулах
- Зорилтот бүлэг, байгууллага, сургагч багш нар, оролцогчдоо сонгох
- Материал, техник хангамжаа төлөвлөх
- Сургалтыг бүхэлд нь хариуцах байгууллагуудаа тодорхойлж, үүрэг хариуцлагыг тодорхой болгох
- Сургалтын бүхий л явцад шаардагдах хүний нөөц, санхүүгийн нөөц боломжоо тооцоолох
- Сургалтын байр, хугацаагаа товллох
- Сургалтын хөтөлбөр, агуулга, төсвөө бэлдэх

## Сургалтын үргэлжлэх хугацаа

Амьдрах ухааны сургалтын үргэлжлэх хугацаа нь сургалтын зорилго, оролцогчдын онцлог, тэдний хэрэгцээ, цаг хугацааны боломж зэргээс шалтгаалж өөр өөр байна. Зорилтот бүлгийнхээ онцлогийг сайн мэддэг, амьдрах ухааны сургалт, сургалтын аргуудын талаар мэдлэг туршлагатай сургагч багш нарын сургалт нь ихэвчлэн таван өдрийн хөтөлбөртэй. Гэхдээ амьдрах ухааны сургалтын хөтөлбөр нь өөр томхон сургалтын нэг хэсэг болж орсон тохиолдолд энэ хөтөлбөрийг хэдэн долоо хоног дамнуулан хэрэгжүүлэх ч боломжтой. Эсвэл амьдрах ухааны сургалт, сургалтын аргуудын талаар туршлага багатай сургагч багш нарт зориулж модуль тус бүрийг нарийвчилж авч үзэх цуврал сургалт зохион байгуулж ч болно.

Хүүхэд залуучуудад зориулсан сургалт нь ихэвчлэн удаан хугацааны турш үргэлжлэх цуврал сургалтаас бүрддэг. Тухайлбал, хөдөлмөр эрхэлж байгаа хүүхдүүдтэй хийх долоо хоног бүрийн уулзалтыг тэдний эцэг эх, ажил олгогч эсвэл орон нутаг буюу ажлын байрны сонирхогч бусад талуудад хийх нэг буюу хэд хэдэн сургалттай хослуулж болно. Боломжтой бол 1-5 өдрийн сургалтыг зуслан, амралтын газар зохион байгуулж болно. Суралцаж байгаа эсвэл дотуур байранд амьдардаг хүүхэд залуучуудад эрчимжүүлсэн эсвэл цуврал сургалт тохиромжтой. Учир нь хичээлдээ илүү анхаарлаа хандуулах боломжтой бөгөөд аажмаар, системтэйгээр чадвар дадал бүрэлдэх боломжтой. Түүнээс гадна зарим модуль, сэдэв эсвэл дасгалуудыг мэдлэг түгээх, боловсрол олгох зорилгоор тусад нь хэрэглэж ч болно.

## 4.2 СУРГАЛТЫН БАГ БОЛОН ОРОЛЦОГЧДЫГ СОНГОХ

### Сургалтын багаа хэрхэн бүрдүүлэх вэ

Уламжлалт сургалтын аргатай харьцуулахад оролцоонд суурилсан сургалт нь илүү эрчимтэй явагддаг, сургагч багш нараас багагүй хүч энерги, нарийн чанд бэлтгэл шаарддаг. Хагас өдрөөс илүү хугацаанд үргэлжилдэг сургалтыг ганц нэг сургагч багшид даатгах бус, багаар зохион байгуулах нь илүү үр дүнтэй. Сургагч багш нар хичээлийн хооронд өөрийгөө “цэнэглэх” боломжтой байхын зэрэгцээ өөр өөр сургагч багш нартай ажиллах нь оролцогчдын хувьд ч үр дүнтэй.

- 2-3 өдрийн эсвэл илүү олон хоног үргэлжлэх сургалтад бүтэн цагаар ажиллах хоёр сургагч багш хангалттай.



- 5 өдрийн сургалтыг анх удаа хийх гэж байгаа бол бүтэн цагаар ажиллах дөрвөн сургагч багш хэрэгтэй.

Сургагч багш нар хүүхдийн хөгжил, жендэрийн тэгш эрх, хүний эрхийн асуудал, хөдөлмөрлөх эрх, хүүхдийн хөдөлмөр болон хүний эрхийн зөрчилтэй тэмцэх асуудлаар мэдлэг туршлагатай байвал давуу талтай. Дор хаяж нэг сургагч багш хүүхдийн хөгжил, хүүхдийн хөдөлмөрийн асуудлаар мэдлэг туршлагатай, нэг нь жендэрийн тэгш эрхийн асуудлаар сургалт зохион байгуулах, нөгөө нь оролцоонд суурилсан сургалтын аргыг хэрэглэх чадвартай байх хэрэгтэй. Бусад сэдэв нь залуучууд, гэр бүлийн харилцаа, нөхөн үржихүйн эрүүл мэндийн асуудалтай холбоотой. Өмнө нь дурдсанчлан, сургагч багш нар бүх сэдвээр мэргэшсэн байх шаардлагагүй бөгөөд шаардлагатай тохиолдолд гаднаас мэргэжлийн хүний тусламж авч болно.

Сургалтын баг аль болох олон салбарын мэргэжилтнүүдэс бүрдсэн байх нь давуу талтай. Дор хаяж нэг эрэгтэй эсвэл нэг эмэгтэй сургагч багштай байж, дор хаяж нэг сургагч багш тухайн зорилтот бүлэгтэй яс үндэс, шашин, соёл заншил эсвэл шилжин суурьшигчийн байр суурь нэгтэй хүн байвал давуу талтай байдаг.

Хотын уугуул бөгөөд тухайн орон нутгийн дийлэнх нь болдог үндэстэн, ястны төлөөлөл болсон эрэгтэй сургагч багшийг багийн ахлагчаар сонгож, шилжин суурьшсан эмэгтэй сургагч багшийг туслах багшаар томилох зэрэг жендэрийн хэвшмэл хандлагаас татгалзаарай.

Амьдрах ухааны сургалтын сургагч багш нарыг дараах шалгуураар сонгоно:

- Хүүхэд залуучууд, гэр бүлийн хөгжил, хүүхдийн хөдөлмөр болон хүн худалдаалах гэмт хэргийн эсрэг, хүний эрх, хөдөлмөрлөх эрхийн зөрчлийн эсрэг ажиллаж байсан туршлагатай
- Жендэрийн тэгш байдлыг хангах талаар сургалт хийж байсан туршлагатай
- Оролцоонд суурилсан сургалт зохион байгуулж байсан туршлагатай
- Зорилтот бүлгийн хэрэгцээ, нөхцөл байдлын талаарх мэдлэгтэй
- Харилцааны чадвартай
- Төлөвлөх, задлан шинжлэх, зохион байгуулах чадвартай
- Багаар ажиллах чадвартай
- Тайлан бичих чадвартай.

### Оролцогчдоо сонгох нь

Сургалтынхаа оролцогчдыг сонгохдоо анхаарах ёстой хэд хэдэн зүйл бий. Зорилтот бүлэг, сургалтынхаа зорилгыг тодорхойлсны дараа анхаарах зүйлс бол:

- Нийт оролцогчдын тоог тогтох. Оролцогчдын оролцоог бүрэн хангахад 20-25 оролцогч байх нь хамгийн тохиромжтой. 30-35 оролцогч байж болох ч 35-аас олон оролцогчтой тохиолдолд бүх оролцогчдын идэвхтэй, тэгш оролцоог хангаж чадахгүйд хүрдэг. Сургалтад оролцохыг хүссэн урилгаа тараахаас өмнө оролцогчдын тоог тогтсон байх хэрэгтэй. Төлөвлөснөөс илүү олон оролцогч ирсэн тохиолдолд сургалтын чанарт сөргөөр нөлөөлөхөөс гадна материал-техникийн хангамж, санхүү, төсвийн хувьд ч хүндрэл учрах болно.
- Тэнцвэртэй төлөөллийг хангах: Оролцогчдын тоог төлөвлөхдөө нас, хүйс, төлөөлж буй салбар, байгууллагын хэв шинж болон бусад шалгуурыг харгалзаж аль болох тэнцвэрт төлөөллийг хангахыг хичээх хэрэгтэй. Ингэснээрээ эрэгтэй, эмэгтэй оролцогчдын болон төрөл бүрийн байгууллагуудын төлөөллийн дуу хоолойг тэнцвэртэй сонсох, сургалтыг илүү үр өгөөжтэй болгох боломж бүрдэх ба аль нэг бүлэг нь нөгөөгөө давамгайлах байдал үүсэхээс сэргийлэх боломжтой (мэдээж сургалтыг зөвхөн аль нэг хүйсэд зориулснаас бусад

тохиолдолд). Холимог бүлгийн сургалтад тэнцвэртэй төлөөллийг хангахын тулд төлөвлөх шатандаа эрэгтэй, эмэгтэй оролцогчдын тоог тогтох хэрэгтэй.

- o Ерөнхийдөө, эрэгтэй/эмэгтэй оролцогчдын төлөөллийн харьцаа 40-60% байвал хүйсийн тэнцвэртэй байдал хангагдаж, хэн хэнийх нь дуу хоолойг сонсох боломжтой гэж үздэг.
- o Хэрэв тэгш төлөөлөл хангагдах боломжгүй бол оролцогчдын 1/3 нь ядаж нөгөө хүйсийн төлөөлөл байх нь зүйтэй.
- o Хэрэв охид эмэгтэйчүүдийн чадавхыг дэмжих зорилготой сургалт явагдаж байгаа бол, оролцогчдын 1/3 нь эрэгтэй, 2/3 нь эмэгтэй байхаар зохицуулж болно.
- o Аль нэг бүлгийг төлөөлж, тэгш оролцоог хангаж байна хэмээн нэр төдий нэгээс хоёр хүн оролцуулахаас аль болох зайлсхийх хэрэгтэй. Энэ нь үр дүнгүй төдийгүй төлөөлөл нь бүрэн хангагдаагүй бүлгийнхэнд сөрөг нөлөө үзүүлж болох юм.
- Сургалтад оролцох байгууллагууд, оролцогчдыг сонгохдоо тодорхой шалгуур тавих нь тухайн сургалтад зөв хүнээ сонгон оролцуулна гэсэн үг. Гэхдээ хэд хэдэн шалтгааны улмаас тэр болгон зөв сонголт хийж чадахгүйд хүрдэг тул дараах арга хэмжээг авах хэрэгтэй
  - o Байгууллагууд, оролцогчдод нэр дэвшүүлэхийг хүссэн урилгаа илгээхдээ тэдний санал болгож байгаа хүмүүс та нарын хүсэж байгаа оролцогч байж чадахгүй гэдгийг санах хэрэгтэй. Жишээ нь, хэт залуу, эсвэл хэт ахмад, хэт олон эрэгтэй, эсвэл хэт олон эмэгтэй байх, эсвэл эрхэлдэг ажил нь тохирохгүй гэх мэт. Үүнээс сэргийлэхийн тулд урилга дээрээ нас, хүйс, ажил албан тушаал, бүр болж өгвөл шууд нэрийг нь тавьж өгөх хэрэгтэй.
  - o Сургагч багш нарын сургалтын тухайд урилга дээрээ шалгууруудыг тодорхой зааж өгөх хэрэгтэй. Сургагч багш нарын сургалтад оролцогчид бүгд сургалтын дараа өөрсдөө сургалт явуулах тул сургалт хийх боломжгүй эсвэл хүсэлгүй нэгнийг сургах нь цаг мөнгө, хичээл зүтгэлийг талаар болгодог. Хэрэв оролцогчийг нэрээр нь таньж тодорхойлох боломжгүй бол шалгууруудаа нарийсгаж, хүйс, албан тушаал, ажилласан жил зэргийг тусгах хэрэгтэй. Тухайлбал, нийгмийн ажилтан, сургалт явуулж байсан нэг жилийн туршлагатай, эрэгтэй/эмэгтэй ажилтан гэх зэргээр тодорхойлно (Амьдрах ухааны сургалтын багцын Товч мэдээлэл, Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 1).
  - o Орон нутагт сургалт явуулахад охид эмэгтэйчүүд янз бүрийн шалтаг шалтгааны улмаас оролцохгүй байх нь бий. Жишээ нь, олон нийттэй холбоотой асуудал бол зөвхөн эрчүүдийн хэрэг гэх үзэл, эмэгтэйчүүд албаны болон гэрийн ажил гээд завгүй гэх мэт шалтгаан байдаг. Тэдний оролцоог дэмжихийн тулд тэдний ажлын хуваарьт тохируулан хөтөлбөрөө төлөвлөж, мөн ажилд нь туслах арга хайж олох хэрэгтэй. Жишээ нь сургалтын үеэр хүүхдийг нь түр харах хүн олж өгч болно (Хэсэг 3.4, Зорилтот бүлгүүдтэй ажиллахад анхаарах зөвлөмж харна уу).



**Сургалтын хэрэглэгдэхүүн:** Амьдрах ухааны сургалтыг төлөвлөж, оролцогчдыг сонгохдоо энэхүү Гарын авлагын 7-р хэсгээс дараах хэрэглэгдэхүүнийг авч болно:

- Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 1: Товч мэдээлэл: Амьдрах ухааны сургалтын багц
- Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 2: Бүртгэлийн хуудас 1: “Амьдрах ухааны сургалт”-ын Сургагч багшаар нэр дэвшигчийн товч мэдээлэл
- Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 3: Бүртгэлийн хуудас 2: “Амьдрах ухааны сургалт”-д оролцогчийн товч мэдээлэл
- Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 4: Зохион байгуулагчийн хяналтын хуудас: Сургалтын төлөвлөлт

### 4.3 СУРГАЛТЫН ХӨТӨЛБӨР БОЛОВСРУУЛАХ

Сургалтын хөтөлбөрийн дизайн нь сургалт зохион байгуулагчдын зорилго болон нөөц, сургалтын зорилго, зорилтот бүлгийн бүрэлдэхүүн, хэрэгцээ, оролцогчдын тооноос хамаарч ялгаатай байна. Сургагч багш нар болон сургалт зохион байгуулагчид хөтөлбөрийнхөө бүтэц, хэв шинжийг тодорхойлно (жишээ нь: нэг удаагийн эсвэл цуврал сургалт байх эсэх, үргэлжлэх хугацаа зэрэг). Дараа нь сургагч багш нар сургалтын агуулгыг бэлдэнэ.

#### Сургалтын хөтөлбөрийн бүтцийг төлөвлөх

Сургагч багш нарын сургалт эсвэл зорилтот бүлгийн сургалтыг 1-5 өдрөөр төлөвлөхдөө өдөрт үргэлжлэх сургалтын хугацаа дээд тал нь 6 цагаас ихгүй байхаар төлөвлөөрэй. Сургалтын хөтөлбөрөө тус бүр нь 90 минут бүхий 4 хэсэгт хуваарилж, дунд нь 30 минутын цайны хоёр завсарлага, 90 минутын хоолны завсарлага төлөвлөх хэрэгтэй. Шаардлагатай тохиолдолд ерөнхий төлөвлөлтийг хөндөхгүйгээр сургалтын хугацааг анх төлөвлөснөөс өөрчилж болно. Зорилтот бүлгийн хүүхэд, залуучууд, насанд хүрэгчдэд зориулсан сургалт нь оролцогчдын зав чөлөөнөөс шалтгаалан ихэвчлэн хэдэн долоо хоног, сараар үргэлжилж болно.



**Сургалтын хэрэглэгдэхүүн:** 7-р хэсэгт нэг нь хүүхдүүдэд, нэг нь хүүхэд залуучуудад, нэг эцэг эх болон насанд хүрэгчдэд зориулсан сургалтын 3 хөтөлбөр өгөгдсөн болно. Жишиг хөтөлбөр тус бүрийг 5 хоногийн эрчимжүүлсэн сургалт эсвэл цуврал сургалтаар хэрэгжүүлж болно. Эдгээр хөтөлбөр нь загвар хөтөлбөр бөгөөд тухайн орчин нөхцөл, оролцогчдын хэрэгцээнд тохируулж өөрчилж болно.

- Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5: Сургагч багш нарт зориулсан амьдрах ухааны сургалтын хөтөлбөрийн загвар
- Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 6: Хүүхэд, залуучуудад зориулсан амьдрах ухааны сургалтын хөтөлбөрийн загвар
- Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 7: Эцэг эхчүүдэд зориулсан амьдрах ухааны сургалтын хөтөлбөрийн загвар

### 4.4 ЭРГЭХ ХОЛБОО БОЛОН ҮНЭЛГЭЭ

Сургалт зохион байгуулах үед мартаж болохгүй нэг зүйл нь аман болон бичгийн хэлбэрээр системчилсэн үнэлгээ хийж эргэх холбоо тогтоох асуудал юм. Эргэх холбоогүйгээр дараах

зүйлсийг мэдэх боломжгүй:

- оролцогчид сургалтад сэтгэл ханамжтай байсан эсэх
- сургалт зорилгодоо хүрсэн эсэх
- төлөвлөсөн зүйлээс юу нь зөв, юу нь буруу болсон тухай
- дараагийн сургалтыг сайжруулахын тулд юуг анхаарах тухай

Үнэлгээг өөр өөрөөр хийж болох ба өдөр бүрийн сургалтын явцад болон төгсгөлд хийнэ. Хэдэн өдөр үргэлжилсэн цуврал сургалт хийсэн тохиолдолд өдөр тутмын үнэлгээ, мөн сургалтын төгсгөлд амаар болон бичгээр дасгал хэлбэрээр үнэлгээ авна.

- Өдөр тутмын үнэлгээ нь тухайн сургалт зөв чигтээ явж байгаа эсэхийг, цаашид анхаарах зүйлсийг тодруулах зорилгоор оролцогчдын тухайн өдрийн, эсвэл хэсгийн сургалтын талаарх мэдрэмж, сэтгэгдэл, үзэл бодлыг илэрхийлэх боломж олгодог энгийн үнэлгээ юм.
- Сургалтын эцсийн үнэлгээ нь илүү дэлгэрэнгүй бөгөөд оролцогчдын зүгээс тухайн сургалтад хэр сэтгэл ханамжтай байгаа, юу сурсан, сургалтын агуулга болон сургалтын явцын талаар ямар сэтгэгдэлтэй байгаа, дараа дараагийн сургалтад юуг анхаарвал зохих талаар мэдэх зорилготой билээ.

Үнэлгээг хэд хэдэн аргаар хийж болно.

- Сургагч багш нар сургалтын өмнө, сургалтын явцад болон сургалтын дараа оролцогчдын зан үйл, зан үйлийн өөрчлөлтийг ажиглах замаар сургалтын нөлөөллийг үнэлнэ. Үүнийг ихэвчлэн сургагч багш нарын баг өдрийн явцад хийх бөгөөд хичээлийн дараа, дараагийн өдрийн сургалтын бэлтгэлийг хийхээс өмнө ажиглалтынхаа үр дүнг хэлэлцэнэ.
- Тухайн өдрийн сургалтын дараа оролцогчдоос санаа бодлоо хуваалцахыг хүсэж эргэх холбоо тогтоож болно:
  - o Өдөр бүрийн төгсгөлд өдрийн сургалтын талаар санал бодлоо хуваалцах.
  - o Нэрээ бичилгүй өөрийн сэтгэгдлээ самбарын цаас эсвэл цаасан дээр бичиж санал хүсэлтийн хайрцагт хийж болно.
  - o Сургалтын танхимын ханан дахь сэтгэл ханамж илэрхийлсэн зурагт тэмдэглэгээний дор өөрийнхөө мэдрэмжийг тэмдэглэж болно.
  - o Өдөр бүрийн төгсгөлд, мөн сургалтын төгсгөлд асуулгын хуудсыг бөглөнө.



#### Сургалтын хэрэглэгдэхүүн:

- Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 10: “Амьдрах ухааны сургалт”-ын өдөр тутмын үнэлгээний хуудас
- Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 11: “Амьдрах ухааны сургалт”-ын төгсгөлийн үнэлгээний хуудас

Өдөр тутмын үнэлгээний хуудсыг хүн бүрт тараах ба эсвэл багаараа хариулахад нь зориулж томруулан бэлдээд, тарааж өгч болно. Сургалтын төгсгөлийн үнэлгээний хуудсыг оролцогч бүрт тараах ба үр дүнд нь системтэй дүн шинжилгээ хийж, тайланд тусгана (Үнэлгээг хийх заавар, зөвлөмжийг Сургагч багшийн гарын авлагын “Хаалтын дасгал: Үнэлгээ” 6-р хэсгээс харна уу)

#### 4.5 БАРИМТЖУУЛАХ, ТАЙЛАН БИЧИХ

Тухайн сургалт албан ёсны боловсролын хөтөлбөрт, эсвэл өөр нэгэн сургалтын байгууллагын хөтөлбөрт албан ёсоор багтсан биш л бол сургалтын тухай тайлан бичих, сургалтыг баримтжуулах нь сургалт зохион байгуулах алхмуудын нэг яалт ч үгүй мөн билээ. Сайтар баримтжуулсан сургалт дараа дараагийн үйл ажиллагааны чухал баримжаа болдог. Сургалтын тайланг тухайн байгууллагын архивын дүрэм журмын дагуу, эсвэл хандивчлагч болон удирдлагадаа танилцуулах зорилгоор ч хийх хэрэгтэй болдог.

Өөр өөр хэв шинжийн тайлангууд өөр өөр загвартай байдаг. Тайлан бэлдэх нь ихэнх хүмүүсийн хувьд маш төвөгтэй санагддаг ч сайтар төлөвлөсөн сургалтын тайланг хийхэд хамаагүй хялбар байдаг.

Сургалтын тайлан бэлдэх хамгийн эхний алхам бол тухайн сургалтад ямар төрлийн тайлан хэрэгтэйг тодорхойлох явдал юм. Ингэхдээ дараах асуултуудыг ашиглаж болно:

- Тайлан яагаад хэрэгтэй вэ?
- Тайлан хэнд хэрэгтэй вэ?
- Ямар загвараар гаргах вэ?
- Сургалтын үеэр хэн тэмдэглэл хөтлөх вэ?
- Тайланг хэн бичих вэ?
- Тайланг тараахын өмнө хэн нягтлах вэ?
- Хэн бэлдэж, тараах вэ?
- Тайлан бэлдэх хэн нэгнийг хөлслөх тохиолдолд түүнд шаардагдах төсвийг суулгасан уу?
- Тайланг өгөх хугацаа хэдийд вэ (дунд хугацааны үнэлгээ, төслийн үнэлгээ г.м.)?

Тайлан бэлдэх, бичих гэдэг нь ердөө л багийн зүтгэл байдаг тул энэхүү ажлыг хийж дуусгахын тулд хэн ямар үүрэгтэйг урьдчилан нарийн тодорхойлж өгөх нь чухал. Тайлан бэлдэх нь дараах алхмуудыг дагуу явагддаг:

1. Мэдээлэл цуглуулах: өмнө дурдсан сургалтын үр дүнгийн жагсаалтыг багтаах
2. Мэдээллээ цэгцлэх: мэдээллийг хэрхэн цэгцлэхээ шийдэх: Сэдвээр нь үү, зорилгоор нь уу, өдөр тутмын үйл ажиллагаагаар нь уу гэдгээ шийдэж, тайлангийнхаа загварыг гаргах
3. Мэдээллээ шинжлэх: сургалтын гол санаануудыг, оролцогчдын суралцах явцыг, (юуг хэрхэн суралцсан, алийг нь илүүтэй, алийг нь бага сонирхож байсан г.м.), гол үр дүн, авсан сургамжийг тодорхойлох
4. Тайлангаа бичих: Сайн тайлан бол товч, тодорхой, зөвхөн чухал мэдээллийг агуулсан байдаг. Сургалтын үйл явцыг дэс дараалуулан бичиж, хэн юу хийснийг тоочих нь хэт урт болдог тул ухаалаг арга биш билээ.
5. Тайлангаа нягталж, хянах: нэгэнт ноороглож бэлдсэн тайлангаа Сургагч багш нарын нэг нь чухал мэдээллүүдийг орхигдуулаагүй, бас орсон мэдээлэл зөв эсэхийг сайтар нягталж, хянах (уншихад ойлгомжтой болгон засах) хэрэгтэй.



#### Сургалтын хэрэглэгдэхүүн:

- Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 12: Сургалтын тайлангийн агуулгын загвар

## 5. Сургагч багш нарыг бэлтгэх

Сургагч багшийн хувьд хамгийн эхэлж хийх зүйл бол өөрийгөө сургалтад бэлдэх билээ. Иймд юун түрүүн өөртөө дараах асуултуудыг тавина. Сургалтын зорилго болон сэдэв юу билээ? Оролцогчид нь хэн бэ? Ямар зорилтуудыг шийдвэрлэх вэ? Хэзээ, хаана, яаж сургалтыг явуулах вэ? г.м. Сэтгэл зүйн хувьд, мөн логистикийн хувьд бэлтгэгдсэнээрээ өөртөө итгэх итгэл нэмэгдэж, сургалтын чанар ч сайн байх болно. Сургагч багшийн бэлтгэлийг тухайн сургалт эхлэхээс дор хаяж 4-6 долоо хоногийн өмнө эхлэх нь зүйтэй. Хийх эсвэл хянах зүйлсийн жагсаалтыг дор тусгасан болно:

### 5.1 СУРГАЛТЫН ЗОРИЛГО, ХӨТӨЛБӨРӨӨ МЭДЭХ

Сургалтаар заах сэдвээ хэр мэддэг билээ? Сургалтын хөтөлбөрөө системчилж, логиктойгоор бэлдсэн үү? Хэрэв зарим сэдэв нь өөрт чинь танил биш бол тэр талаар илүү дэлгэрүүлж судлах нь таны үүрэг. Хангалттай мэдлэгтэй байх нь өөртөө итгэлтэй байхад тань тустай.

Сургалт зохион байгуулагч нар оролцогчид юунд суралцах, ямар үр дүнд хүрсэн байх ёстойг урьдчилан тодорхойлсон байдаг. Иймд сургалтын зорилго, сургалтын хөтөлбөрөөс хүлээх үр дүнг сайтар мэддэг байх шаардлагатай.

### 5.2 ОРОЛЦОГЧДЫН ТАЛААР МЭДЭЭЛЭЛ АВАХ

Оролцогчдын танилцуулга, эсвэл нэр дэвшүүлсэн хүснэгттэй танилцсан уу? Тухайн сургалтын оролцогчид нь хэн бэ? Оролцогчдын онцлогийг харгалзаагүй л бол хамгийн шилдэг сургалтын хөтөлбөр байгаад ч тухайн сургалт амжилтанд хүрэхгүй. Оролцогчдын нас, хүйс, ажлын туршлага, боловсролын түвшин, нийгмийн байдал зэрэг олон хүчин зүйл суралцахууд нөлөөлдөг. Тухайлбал, хүүхдүүд шинэ мэдээ мэдээлэл хүлээж авахдаа нээлттэй байдаг бол насанд хүрэгчид суралцах зүйлдээ сонголттой ханддаг. Ахлах насны хүүхдүүдтэй харьцуулахад бага насны хүүхдүүдийн анхаарлын төвлөрөлт сул байдаг. Хөдөлмөр эрхэлж байгаа хүүхдүүд ихэвчлэн ядарсан байдгаас суралцах идэвхийг нь сэргээхэд зориулж аль болох хөгжилтэй дасгал тоглоом хэрэгтэй. Харин насанд хүрэгчид өөрсдийн туршлагаа хуваалцаж, амьдралд хэрэг болохуйц зүйлд суралцахыг хүсдэг.

Уламжлалаа дагадаг ихэнх нийгэм өөрийн гэсэн давхарга шатлалтай байдаг. Жишээлбэл, Азид нас, хүйс, нийгмийн байдлын ялгаварал ажиглагддаг. Өөрөөр хэлбэл олон нийтийн газар, нийтийн дунд нас бага хүүхэд залуучууд, настай хүмүүсийг хүндэтгэн, үгийг нь дагах ёстой байдаг. Мөн доогуур гарал угсаатай бол өндөр хэргэм зэрэгтнүүдийг дагах ёстой г.м. Охид эмэгтэйчүүд аль болох чимээгүй, дуугүй байхыг эрхэмлэдэг бол эрчүүд нээлттэй байх талтай. Иймд сургалт болох гэж байгаа орон нутгийн онцлог, угсаатны, шашны, хэл ярианы онцлог, оролцогчдын эрүүл мэндийн байдал зэргийг ч мөн анхаарах хэрэгтэй болдог.

Хүн ам зүйн эдгээр онцлогоос гадна оролцогчид өөрсдийн хүслээр сургалтад оролцож байна уу, эсвэл албадлагаар оролцож байна уу буюу тэдний сургалтад хамрагдах болсон сэдэл, шалтгаан нь сургалтын явцад ихээхэн нөлөөтэй. Тэд сургалтаас юу хүсэж хүлээж байна? Энэ асуудлын талаар тэд хэр мэдлэгтэй вэ? Сургагч багшийн хувьд та энэ бүх асуудлыг анхааралдаа авах хэрэгтэй.

Сургагч багшийн гарын авлагын Хэсэг 4.2-с оролцогчдоо хэрхэн зохистой бүрдүүлэх вэ гэдгийг харж болно. Хэрэв нэр дэвшүүлсэн оролцогчид сонголтын шалгууруудыг хангаагүй бол нэр дэвшүүлсэн байгууллагатай нь холбогдож, өөр хүн санал болгохыг хүсэж болно.

### 5.3 БАГИЙН ДИНАМИКИЙГ ОЙЛГОХ

Багийн хэмжээ болон бүтэц нь сургалтын явцад нөлөөлдөг. Олон хүнтэй том баг бүрдэх тусмаа олон төрлийн санал бодлыг сонсох, олон янзын туршлага, мэдлэг чадвараас хуваалцах боломж бүрдэх ч бүх оролцогчдын тэгш, идэвхтэй оролцоо хангах боломж бага болдог. Харин жижиг хэмжээтэй баг бүрдүүлэхэд оролцогчдын идэвх оролцоог хангах боломж бүрддэг ч хувь нэмрийн хувьд хязгаарлагдмал байдаг. Иймд сургалтад оролцогчдын тооноос хамаараад сургалтын ямар арга барил сонгохоо шийдэх хэрэгтэй болно. Жишээлбэл, лекцийг том жижиг ямар ч ангид хэрэглэж болох бол тоглоом, жүжигчилсэн тоглолт зэргийг том ангид хэрэглэх боломжгүй, хэрэглэсэн ч үр дүн багатай байдаг. Иймд дасгал тус бүрээр багийн ажиллагааны явц ямархуу байлгахыг хүссэнээс шалтгаалж өөр өөр арга хэрэглээрэй. Багийн хэмжээнээс шалтгаалж оролцооны далайц ямар байдгийг доорх хүснэгтээр үзүүлэв.

Багийн ажилд оролцох оролцооны загвар <sup>6</sup>	
3-6 хүн 7-10 хүн	Бүгд ярина. Бараг бүгд ярина. Дуу цөөтэй хүн арай цөөн дугарна. 1-2 хүн огт ярихгүй.
11-18 хүн 19-30 хүн 30+ хүн	5-6 хүн их ярина. 3-4 нь хааяа оролцоно. 3-4 хүн давамгайлна. Оролцооны түвшин маш бага.

Сургалтаа үр дүнтэй болгохын тулд, хүн бүрийн идэвхтэй тэгш оролцоог хангах хүсэлтэй бол оролцогчдын тоог 25-с хэтрүүлэхгүй байх хэрэгтэй. 26 - 35 оролцогчид бол боломжийн хэмжээ хэдий ч дахин жижиг багуудад хуваах хэрэгтэй болох ба арай цөөн тооны сэдэв хамрах болно.

### 5.4 СУРГАЛТ ЯВУУЛАХ ГАЗАР, АНГИ ТАНХИМАА СОНГОХ

Сургалтын байршил, анги танхим сонгох нь хамгийн чухал асуудал бөгөөд оролцогчдын суралцах чадварт маш их нөлөөлдөг. Үйлдэлд суурилсан, оролцооны сургалтыг явуулахад маш их “яриа” болон “үйлдэл” шаардагддаг тул зай талбай хэрэгтэй болдог. Гадаа, дотор анги танхимын аль нь ч тохиромжтой бөгөөд хослуулан хэрэглэж ч болно.

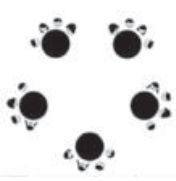
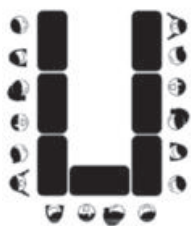



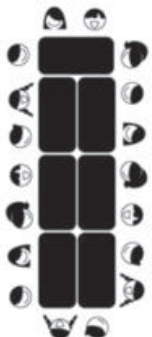
Сургалт явуулах газраа сонгохдоо дараах зүйлийг анхаарах нь чухал:

- Оролцогчдод тухтай газар сонгох. Үүнд: ямар ч оролцогч ирсэн, ялангуяа охид эмэгтэйчүүдэд аюулгүй газар байх хэрэгтэй.
- Сургалт хийх газраа урьдчилан очиж үзээд, сургалтын бүхий л үйл ажиллагаанд зориулсан хангалттай зай талбайтай эсэхийг нягтална. Хэрэв тохиромжгүй бол өөр газар сонгох хэрэгтэй.
- Сургалт хийх газраа эргэн тойронд нь, мөн анги танхимаа сайтар шалгаж, сандлуудаа янз бүрээр байрлуулан үзэх хэрэгтэй. Мөн сургалтын явцад нөлөөлж болохуйц дараах хүчин зүйлсийг сайтар тооцоолох хэрэгтэй:
  - ✓ Сургалт болох газар нь элдэв дуу чимээ, машины замаас хол
  - ✓ Харах орчинг хаагаагүй, оролцогч бүр бие биеэ харах боломжтой
  - ✓ Хамгийн хол сууж байгаа хүн ч бусдынхаа ярихыг сонсох боломжтой
  - ✓ Сургалт эхлэхээс өмнө бүхий л тоног төхөөрөмж, цахилгаан залгуур зэргийг шалгах (жишээ нь: цахилгааны оролт гаралт, уртасгагч, чанга яригч, дэлгэц, видео тоглуулагч, компьютер г.м.).

<sup>6</sup> Эх сурвалж: Adults Learning by Jenny Rogers (Milton Keynes, UK: Open University Press, 1989), cited in Box 3.6 Group size and participation in A Trainer's Guide by Pretty et al., p. 44.

### 5.5 СУУДАЛ ЗОХИОН БАЙГУУЛАЛТ

Суудал зохион байгуулалтыг оновчтой төлөвлөх нь сургалтын орчинг оролцогчдод ээлтэй болгож, сургалтын амжилтад нөлөөлдөг. Суудал зохион байгуулалтын төрлүүд, тэдгээрийн давуу болон сул талуудыг дараах хүснэгтээс харна уу.

Суудал зохион байгуулалтын хувилбарууд	
<p>1. Ширээн тойрог</p> 	<p>Давуу тал:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Оролцогчид бие биедээ ойр байна</li> <li>Сургагч багш бүх оролцогчдыг төвөггүй харж, дундуур нь явах боломжтой</li> <li>Багийн ажилд тохиромжтой</li> </ul> <p>Сул тал</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Зай талбай их эзэлдэг</li> <li>Эсрэг тийш харж суусан оролцогчид хараагаараа холбоо тогтоох боломжгүй</li> </ul>
<p>3. U-хэлбэр</p> 	<p>Давуу тал:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Сургагч багш хараагаараа бүх оролцогчидтой холбоо тогтоох боломжтой</li> <li>Сургагч багш дундуур нь явах боломжтой</li> </ul> <p>Сул тал</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Зарим оролцогчид хараагаараа холбоо тогтоох боломжгүй</li> <li>Олон хүн багтаах боломжгүй</li> <li>Жижиг багууд болж хуваагдахад амаргүй</li> </ul>
<p>5. Олон эгнээ ширээ</p> 	<p>Давуу тал:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Олон хүн багтаана</li> <li>Бүгд урагшаа харна</li> </ul> <p>Сул тал</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Хэт албан ёсны; хүмүүс арын суудлыг түрүүлж эзэлдэг</li> <li>Оролцогчид хараагаараа холбоо тогтоох боломжгүй</li> <li>Сургагч багш бүх оролцогчдыг төвөггүй харж, дундуур нь явах боломжгүй</li> <li>Багууд болж хуваагдахад амаргүй</li> </ul>
<p>2. Сандлуудыг тойрог/хагас тойргоор байрлуулах</p> 	<p>Давуу тал:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Албан бус, тайван, тэгш оролцоог хангана</li> <li>Хараагаараа холбоо тогтоох боломжтой</li> <li>Оролцогчид суудалдаа “хадагдахгүй”, дараагийн дасгал ажиллахад суудлаа солих боломжтой</li> </ul> <p>Сул тал</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Цөөн хүний багтаамжтай</li> <li>Ажиллах тавцан байхгүй</li> <li>Ичимхий хүмүүст таагүй</li> <li>Том тойргоор суувал бие биеэсээ хэт холдоно</li> </ul>
<p>4. Загасан нуруу</p> 	<p>Давуу тал:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Багийн болон нийтийн ажлын аль алинд нь тохиромжтой</li> <li>Сургагч багш бүх оролцогчдыг төвөггүй харж, дундуур нь явах боломжтой</li> </ul> <p>Сул тал</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Цөөн хүний багтаамжтай</li> <li>Зарим нь л хоорондоо хараагаараа холбоо тогтоох боломжтой</li> <li>Захад суугаа хүмүүст таагүй санагдаж болно</li> </ul>
<p>6. Хурлын загвар</p> 	<p>Давуу тал:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ихэнх оролцогчид хараагаараа холбоо тогтоох боломжтой</li> </ul> <p>Сул тал</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Цөөн хүний багтаамжтай</li> <li>Багууд болж хуваагдахад амаргүй</li> <li>Зарим оролцогчид хоорондоо ярилцаж, үймүүлэх боломжтой</li> </ul>



Сургалтад тохирсон байр тасалгаа сонгохдоо дараах санааг анхаарах:

- ✓ Суудлуудыг дасгал бүрт тохируулан өөрчилж болохоор, төлөвлөсөн арга хэмжээг зохион байгуулахад хангалттай зай талбайтай байх
- ✓ Сургагч багш нар болон оролцогчид хараагаараа холбоо тогтоох боломжтой байх
- ✓ Сургагч багш бүх оролцогчдыг төвөггүй харж, дундуур нь явах боломжтой байх
- ✓ Оролцогчид жижиг багууд болж хуваагдахад хялбар байх

Эдгээр шалтгаанаар дээрх хүснэгтэд үзүүлсэн Хувилбар 1, 2, 3 нь энэ төрлийн сургалтад илүү тохиромжтой бөгөөд Хувилбар 4, 5, 6 нь чөлөөт дасгалууд их хэрэглэгддэг сургалтын орчинд тийм ч зохистой байж чадахгүй билээ.

Хэдэн өдрөөр үргэлжлэх сургалтын үеэр суудал зохион байгуулалтыг янз бүрээр өөрчилж байх нь хэд хэдэн давуу талтай:

- сургалтын дасгал бүрт хамгийн зохистой хэлбэрийг сонгох
- оролцогчдын дунд харилцах, хамтран ажиллах боломж олгож, янз бүрийн баг бүрдэхээс сэргийлнэ.
- сургалтын уур амьсгалыг байнга сэргээж байна.

## 5.6 ЦАГ ТӨЛӨВЛӨЛТ

- Оролцогчдын оролцох хамгийн тохиромжтой цагт сургалтаа тааруулах
- Дасгал, хичээл бүрт хангалттай цаг төлөвлөж, 1.5 - 2 цаг тутам завсарлаж байх
- Сургалтын хугацааг аль болох бодитой төлөвлөх. Үр дүнтэй сургалт эрчимтэй байх хэрэгтэй тул сургалтыг өдөрт сургалтын 6 цаг байхаар (өдөрт нэг удаа 90 минутаар 4 хэсэг), мөн хангалттай завсарлагаатай төлөвлөх хэрэгтэй. Ингэснээрээ оролцогчдод албан бус байдлаар сургалтын талаар санаа бодлоо хуваалцах боломж бүрдүүлж өгнө.
- Цагаа барь. Лекцийг хамгийн уртдаа 20-30 минут байхаар төлөвлөөрэй. Болж өгвөл богино байлгахыг хичээ. Хэрэв төлөвлөснөөсөө илүү цаг зарцуулах болсноо мэдвэл өөртөө цагийн хязгаар тавьж, цагаа харж, хянаж байх хэрэгтэй.
- Болж өгвөл хэсэг бүртээ сургалтын өөр өөр арга хэрэглэхийг хичээгээрэй. Учир нь оролцогчид идэвхтэй оролцож байж л тухайн зүйлийг сайтар ойлгож, суралцах боломж бүрддэг. Сургалтын үеэр аль болох нээлттэй асуулт тавьж байх хэрэгтэй.
- Өдрийн аль хэсэгт сургалт явуулж байгаагаас оролцогчдын анхаарлын төвлөрөлт хамаардаг. Ерөнхийдөө өглөөгүүр хүмүүс шинэ зүйл суралцахад бэлэн байдаг бол өдрийн хоолны дараа анхаарал суларсан байдаг.
- Хэрэв идэвхтэй хэлэлцүүлэг өрнөж байх, эсвэл дасгал хийж байх үед цаг дуусвал оролцогчдоос үргэлжлүүлэх үү эсвэл завсарлах уу гэдгийг асууж, хэр удаан үргэлжлүүлэхээ тогтох хэрэгтэй. Хүмүүсийг өлсгөж болохгүй, хоосон ходоодтой хүн юм сурдаггүй.

## 5.7 ХИЧЭЭЛИЙН ТӨЛӨВЛӨГӨӨ, СУРГАЛТЫН ХЭРЭГЛЭГДЭХҮҮН, СУРГАЛТЫН ГРАФИКАА БЭЛДЭХ НЬ

Сургагч багш бүр хичээл тус бүрээрээ хичээлийн төлөвлөгөө бэлдэх хэрэгтэй. Төлөвлөгөө нь сургалтын явцын алхам бүрт юу хийх хэрэгтэйг заадаг тул түүнийг хоолны жортой адилтгаж болно. Алхам бүрт тодорхой хугацаа оноож, сургалтын хэрэглэгдэхүүнийг нэг бүрчлэн оруулж

өгөх нь чухал. Туршлагатай сургагч багш ч гэсэн тухайн сэдвийг шинээр зааж байгаа бол төлөвлөгөөгөө урьдчилан бэлдэх хэрэгтэй.

Сургалтын агуулга болон хэрэглэгдэхүүнийг бэлдэх үедээ оролцогчид юу мэдэх ёстой, юуг мэдэх хэрэгтэй, юуг мэдэж байж магад? гэсэн асуултыг тавих нь үр дүнтэй. Өөрийн хүссэн бүх мэдээллийг оролцогчдод өгмөөр санагдах үе гардаг ч оролцогчид юу мэдэх ёстайд анхаарлаа төвлөрүүлж, түүнийхээ дагуу төлөвлөх нь чухал.

### Ямар ч сургалтыг явуулахад байх ёстой үндсэн 3 бүрдэл хэсэг нь:

**1) Мэндчилгээ, зорилгоо танилцуулах** – Оролцогчдод хичээл бүрийн эхэнд зорилгоо заавал танилцуулж занших

#### 2) Сургалт

- Сургалт бүрийг дасгалаар эхлээрэй. Учир нь оролцогчид өөрсдөө мэдэрсэн, хийж гүйцэтгэсэн зүйлээ илүү удаан санадаг.
- Оролцогч бүрт сургалтад оролцох боломжийг тэгш олгоорой. Ичимхий, бүрэг оролцогчдыг илүү идэвхтэй оролцоход дэмжлэг үзүүлээрэй. Тэгш оролцоог хангахын тулд зарим аргыг урьдчилан хэрэгжүүлэх хэрэгтэй. Жишээ нь:
  - o Холимог бүлгийн хувьд хүйсийн харьцааг тэнцвэртэй байлгаарай (аль нэг хүйсийн төлөөлөл дор хаяж 1/3 байх).
  - o Зарим нэг эмзэг сэдвийг, ялангуяа хүчирхийлэл, бэлгийн харилцаа зэрэг сэдвийг хэлэлцэх үеэр оролцогчдыг нас, хүйс, бусад үзүүлэлтээр хооронд нь тусгаарлаарай.

**3) Дүгнэлт** – хичээл бүрийг тухайн хичээлээр үзсэн гол санааг багцлан дүгнэх замаар хааж байгаарай

**Сургалтын хэрэглэгдэхүүнээ бэлдэх.** Оролцоонд суурилсан сургалтын үеэр маш олон төрлийн зүйл хэрэглэх болдог бөгөөд хамгийн энгийн бичиг хэргийн зүйлс болох цаас, үзэг, харандаа, хайч, скоч зэргээс эхлээд гарын авлага, жишиг түүхүүд, зургууд, үзүүлэн, тоглоомын хэрэгсэл зэрэг маш их зүйлсийг бэлдэх хэрэгтэй болдог. Сургагч багшийн энэхүү гарын авлагын багцад орсон ихэнх дасгалууд ашиглах материал, сургалтын хэрэглэгдэхүүнийг дурдсан байдаг ч тэдгээрийг зорилтот бүлгийн хэрэгцээнд тохируулан өөрчилж болно. Сургагч багш өөрийн үзлээр шаардлагатай өөрчлөлтийг хийх үүрэгтэй.

Сургалт бүрийн өмнө дараах зүйлсийг нягталж үзэх хэрэгтэй:

- Үзүүлэнгийн үг хэллэг, хэлбэр, чанар зэрэг нь оролцогчдод тохиромжтой эсэх?
- Сургалтын хэрэглэгдэхүүн бүх оролцогчдод хангалттай хүрэлцээтэй юу?
- Бэлдсэн дасгал, эсвэл хэрэглэгдэхүүн амжилтгүй болох тохиолдолд сольж хэрэглэж болох нөөц дасгал болон хэрэглэгдэхүүн бий юу?

Сургагч багшийн хувьд та сургалтын агуулгыг бэлдэх, сургалтаа зохион байгуулахад том үүрэг хариуцлага хүлээнэ. Танд сургалтын хөтөлбөр байгаа ч нарийвчилсан төлөвлөлт шаардлагатай байдаг.

Сургалтын төлөвлөгөө, хэрэглэгдэхүүнүүд бэлэн болсон бол сургалтын нарийвчилсан графикаа алхам бүрээр гаргах хэрэгтэй. Хэрэв сургалтын баг болон ажиллаж байгаа бол энэ алхам зайлшгүй чухал бөгөөд хэн хэн ямар үүрэгтэйг нарийн тодорхой харуулах болно. Сургалт бүхлээрээ амжилттай болохын тулд бүхий л агуулгаа, түүний дагуу логистикоо бэлдэх ба харахад ойлгомжтой байдлаар илэрхийлэх нь зүйтэй.

Сургалтын графикийн жишээг доорх зураглалд үзүүлэв. Сургагч багш нар болон сургалт зохион байгуулагч нар өдөр өдрөөр, хэсэг хэсгээр харуулах энэхүү графикийг ашиглан сургалтын явцыг хянаж болно. Сургалтын график бэлдэх загварыг Хэсэг 7-т оруулсан болно (Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 13).

Амьдрах ухааны сургалтын цагийн хуваарийн жишээ					
Шилжин суурьшлын эхлэл цэгт амьдардаг хүүхэд залуучуудад зориулсан Амьдрах ухааны сургалтын хөтөлбөр					
Өдөр, цаг	Хичээл /Сэдэв	Дасгал/ Даалгавар	Хэлбэр/ Суудал	Хэрэгсэл/хэрэглэгдэхүүн	Үүрэг хариуцлага
08:00-08:30	Бүртгэл				Ажилтан 1
08:30-08:45	Нээлт	<ul style="list-style-type: none"> <li>Угталтын үг</li> </ul>	Нийтээрээ тойрог болон суух	Оролцогч бүрт сургалтын хэрэглэгдэхүүн бүхий нэг нэг хавтас	Ахлагч
08:45-10:00	Хөтөлбөр болон оролцогчдыг танилцуулах	<ul style="list-style-type: none"> <li>Танилцуулах дасгал. 1.2: Оролцогчид болон хөтөлбөрийн танилцуулга</li> </ul>		Амьдрах ухааны сургалтын багцын талаарх товч мэдээлэл, сургалтын хөтөлбөр болон оролцогчдын нэрсийн жагсаалтыг оролцогч бүрт	Сургагч багш 1
10:00-10:30	Завсарлага				
10:30-11:15	Хүлээлт	-Танилцах дасгал 2: Оролцогчдын хүлээлт болон хувь нэмрийг уялдуулах Дагсал 1.1.1 Ханан дээрх толь минь	Сандлуудаа тойрог болгох	Самбарын цаас, 4 хуудас 4x6 хэмжээтэй цаас, үзэг, оролцогч бүрт	Сургагч багш 1
11:15-12:00	Өөрийгөө танин мэдэх	Дагсал. 1.1.1 Толь, хана дээрх толь		1 Жижиг толь, 1 харандаа & 2 хуудас а-4 цаас, оролцогч бүрт	Сургагч багш 2
12:00-13:00	Үдийн цай				
13:30-15:00	Миний гэр бүл ба миний орон нутаг	Дасгал 1.2.2 Манай орон нутгийн зураглал	Багаараа суух	10-20 Хуудас самбарын цаас, 5-6 дамар скоч, цавуу, тод өнгийн 1 үзэг, оролцогч бүрт	Сургагч багш 1
15:00-15:30	Завсарлага				
15:30-16:10	Жендэрийн үүргийн талаарх үнэт зүйл ба хандлага	Дасгал. 3.1.1 Эрэгтэй, эмэгтэй хүүхдийн онцлог	Хагас тойрог	2 Самбарын хөл, 2 өнгийн үзэг, скоч, 1 хуудас улаан, 1 хуудас ногоон цаас оролцогч бүрт	Сургагч багш 2
16:10-17:00		Дасгал. 3.2.1 Хэрвээ би ... байсан бол	Багаараа суух	Самбарын цаас, үзэг	Сургагч багш 1

**Сургалтын хэрэглэгдэхүүн:**

- Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 13: Семинарын хичээлийн зураглал
- Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 14: Сургагч багшид зориулсан хяналтын хуудас: Сургалтын бэлтгэл

**5.8 ТОГЛООМ, СЭРГЭЭХ ДАСГАЛ ХЭРЭГЛЭХ НЬ**

Олон хүний оролцоо шаарддаг тоглоом, дасгалууд нь оролцооны аргад суурилсан сургалтын үед оролцогчдын суралцах явцыг дэмжих зорилгоор хэрэглэгддэг. Жишээ нь:

- **Танилцах үед** – Оролцогчдын биеэ барьсан байдлыг алга хийж, нүүр хагарах, хоорондоо танилцах боломж өгч, тэднээс хүлээж байгаа үр дүн, сургалтын дүрэм журам зэргийг танилцуулж, сургалтын үеийн хамтын ажиллагааныхаа суурийг бэлдэх зорилготой
- **Сургах тоглоом** – Сургалтын үеэр дасгалуудыг их хэрэглэснээр оролцогчдын идэвх сонирхлыг өдөөж, суралцах явцыг хөнгөвчилж, тухайн сэдвийн талаар мартагдахааргүй ойлголттой болоход тусална.
- **Сэргээх дасгал** – Оролцогчдын сонирхлыг тухайн сэдэв рүү хандуулах, биеэ барихгүй байж, идэвхтэй оролцоог нь дэмжих, сэдэв хоорондын шилжилтийг оновчтой байлгах, оролцогчдыг “сэргээх” зорилготой
- **Багийн ажиллагааг идэвхжүүлэх** – Жижиг багууд бүрдүүлж, багийн нэгдэл нягтралыг бэхжүүлэх, сургалтын орчинд зохицсон найрсаг, хамтач уур амьсгал бүрдүүлэх зорилготой.

Сургалтын багцад олон төрлийн дасгал тоглоомуудыг санал болгосон бөгөөд дасгал тоглоом бүр өөр өөрийн үүрэг, зорилготой. Тоглоом дасгалыг хэрэглэхэд суралцах, хөгжилтэй байх хоёрын тэнцвэрийг хангах нь маш чухал юм. Тоглоомыг сургалтад саад болох бус, харин ч суралцах явцыг дэмжих байдлаар хэрэглээрэй. Сургах тоглоом ашиглах тохиолдолд эргэцүүлэх, дүн шинжилгээ хийх хугацаа өгөөрэй. Хэт олон дасгал ажиллаж, шинжлэн судлах, тунгаан бодох боломжоор хангахгүй байвал оролцогчдыг эргэлзэж, сэтгэл ханамжгүй байдалд хөтлөх эрсдэлтэй. Иймдээ ч тоглоом бүрийнхээ зорилгыг урьдчилан танилцуулж байх нь зүйтэй.

Зөвхөн энэ багцаас биш, өөр олон эх сурвалжаас тохирох тоглоом, дасгалуудыг авч хэрэглэж болох бөгөөд чадварлаг сургагч багш ямагт шинийг эрэлхийлж, сургалтын арга барилаа баяжуулж байдаг. Өөрөө шинээр тоглоом, дасгалыг зохиож, туршин үзэж болох ба оролцогчдоос тэдний сайтар мэддэг нутгийн онцлог бүхий тоглоом дасгалуудын тухай (сэргээх зорилготой дасгал) асууж, танилцаж, хэрэглэж болно. Ингэснээрээ оролцоог бүрэн хангаж, суралцагчдын дунд өөриймсөг хандлага тогтох боломжтой.

Тухайн нутгийн онцлог бүхий тоглоомыг тоглох үедээ санууштай нэг зүйл бол жендэрийн болон ялгаварлан гадуурхах шинжтэй бусад хэвшмэл ойлголтыг өөгшүүлж болохгүй. Хэрэв оролцогчид тухайн тоглоомыг танилцуулах үед ийм байдал үүсвэл тэдгээр хэвшмэл үзлийг онцгойлон авч үзээд, тоглоомын өмнө эсвэл дараа энэ ойлголтыг хэрхэн залруулах талаар бяцхан ярилцлага өрнүүлэх нь зүйтэй.

**Сургалтын хэрэглэгдэхүүн:**

- Сургалтын хэрэглэгдэхүүн: 7-р хэсэгт өгөгдсөн сэргээх дасгал, тоглоом
- Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 15: Тоглоом, сэргээх дасгалын жишээ

## 6 Сургалт бүрийн эхлэл болон төгсгөл

Сургалтын эхний өдөр бол сургалтын үйл ажиллагаа болон оролцогчдын идэвх сонирхолд нөлөөлөх уур амьсгалыг бүрдүүлэхэд чухал өдөр байдаг. Оролцогчид хамгийн эхний өдөр ихэвчлэн анх удаа цуглардаг. Тэдний ихэнх нь бие биеэ танихгүй, таньдаг ч сургалтын нээлттэй, тэгш уур амьсгалыг бүрдүүлэхийн тулд харилцааны саад бэрхшээлийг шийдвэрлэх шаардлагатай байдаг.

Сургагч багш нарыг бэлтгэх сургалт ихэвчлэн албан ёсны нээлтийн ёслолоор эхлэх нь түгээмэл. Сонирхогч байгууллагын төлөөлөл болох хүндэт зочин нээлтийн үг хэлж, уламжлалт маягаар нээдэг. Нээлтийн үйл ажиллагааг сургалт зохион байгуулагч хариуцна. Нээлтийн ёслолд зориулж 30 минут төлөвлөх нь тохиромжтой бөгөөд үүнтэй уялдуулж цайны завсарлагаа ч мөн эрт төлөвлөж болно. Ингэснээрээ хүндэт зочид, сургагч багш нар, оролцогчдын хооронд чөлөөт ярилцлага өрнөх боломж бүрддэг.

Амьдрах ухааны сургалтыг зохион байгуулах бүртээ дараах алхмуудыг төлөвлөж байхыг зөвлөж байна. Үүнд:

- Оролцогчид болон сургагч багш нар хоорондоо танилцах: үүнийг ихэвчлэн нүүр хагарах тоглоомоор дамжуулан хийх нь оролцогчдын хувьд танил биш орчинд, шинэ хүмүүсийн дунд сандралгүй, биеэ барилгүй, тайван, чөлөөтэй байх боломжоор хангадаг. Иймд эхний өдөр аль болох найрсаг уур амьсгал бүрдүүлж, оролцогчдыг тухтай байж, сургалтад идэвхтэй оролцох, багийн нэг хэсэг хэмээн өөрийгөө мэдрэх боломж олгоход анхаарах хэрэгтэй.
- Сургалтын зорилго, сургалтын хөтөлбөрөө товч танилцуулах: оролцогчдод сургалтын хөтөлбөрийн талаар ерөнхий ойлголт өгнө. Сургалтын хөтөлбөр, гол зорилго, оролцоонд суурилсан сургалтын аргын онцлог зэргийг тайлбарлахад хангалттай.
- Хүлээлтийг хувь нэмэртэй уялдуулах: интерактив дасгалаар дамжуулан оролцогчдод тухайн сургалтаас юу хүсэж хүлээж байгаа, суралцахыг зорьж ирсэн зүйлс, мөн энэхүү сургалтад өөрийн зүгээс ямар хувь нэмэр оруулах талаар илэрхийлэх боломж олгоно. Энэ нь оролцогчид болон сургагч багш нарын хэн хэнд нь өөрсдийн хүлээлт болон хувь нэмрээ уялдуулах боломж юм. Сургагч багш нар энэхүү дасгалаас гарсан үр дүнд үндэслээд хөтөлбөртөө зохих өөрчлөлт хийж болно.

Сургалтын эхэн хэсэгт дараах дасгалыг хэрэглэж болно:

- Танилцах дасгал 1.1: Оролцогчид болон Сургалтын хөтөлбөрийг танилцуулах – (Сургагч багш нарт зориулсан сургалт)
- Танилцах дасгал 1.2: Оролцогчид болон Сургалтын хөтөлбөрийн танилцуулга – (Хүүхэд, залуучууд, тэдний гэр бүлийнхэнд зориулсан Амьдрах ухааны сургалт)
- Танилцах дасгал 2: Хүлээлтийг хувь нэмэртэй уялдуулах нь

Сургалт бүрийн төгсгөлд буюу бүх дасгалуудаа ажиллаж дуусаад юу юу сурсан, сургалтаар эзэмшсэн мэдлэг чадвараа ашиглан цаашид хувийн амьдралдаа болон орчин тойрондоо хандсан ямар ямар алхам төлөвлөн ажиллах талаар ярилцаж, “Ажлын төлөвлөгөө” гаргана. Сургалтууд ихэвчлэн үнэлгээ болон хаалтын ёслол хийж өндөрлөдөг. Эдгээрийг хэрхэн төлөвлөж хийх талаар дараах дасгалуудад зааварчилгаа өгсөн болно.

- Хаалтын дасгал 1: Ажлын төлөвлөгөө
- Хаалтын дасгал 2: Үнэлгээ

Хаалтын ёслолыг нээлтийн ёслолын адил дарааллаар зохион байгуулна. Хэрэв зохион байгуулагч нар оролцогчдод ‘Сертификат’ олгохоор төлөвлөсөн бол хүндэт зочноор үг хэлүүлж, гардуулуулж болно. Ёслолын төгсгөлд оролцогчдод талархлаа илэрхийлж, амжилт хүснэ.

## ТАНИЛЦАХ ДАСГАЛ 1.1: ОРОЛЦОГЧИД БОЛОН СУРГАЛТЫН ХӨТӨЛБӨРИЙГ ТАНИЛЦУУЛАХ (СУРГАГЧ БАГШ НАРТ ЗОРИУЛСАН СУРГАЛТ)



### Зорилго

- Сургалтын хөтөлбөрийн зорилго, агуулга, бүтцийг танилцуулах
- Оролцоонд суурилсан буюу “хийнгээ суралцах” сургалтын арга зүйг танилцуулах
- Сургагч багш нар болон оролцогчид хоорондоо танилцах



### Зорилтот бүлэг

Сургагч багш бэлтгэх сургалт болон цуврал сургалтад хамрагдагчид



### Хугацаа

60-75 минут (оролцогчдын тооноос шалтгаалаад)



### Суудал зохион байгуулалт

Хагас, бүтэн тойрог, эсвэл загасан нуруу хэлбэрээр суух



### Ашиглах материал

Оролцогч бүрт дараах зүйлсийг агуулсан хавтас бэлдэнэ:

- Амьдрах ухааны сургалтын багцын тухай Нэмэлт мэдээлэл (7-р хэсэг, Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 1)
- Сургалтын хөтөлбөр (жишээ нь, 7-р хэсэг, Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5)
- Оролцогчдын нэрсийн жагсаалт
- Амьдрах ухааны сургалтын багц



### Сургалтын хэрэглэгдэхүүн

Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 1: Товч мэдээлэл: Амьдрах ухааны сургалтын багц (Хэсэг 7)

Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 8: Үзүүлэн: Оролцоонд суурилсан сургалтын цикл (Хэсэг 7)



### Сургалт зохион байгуулах алхмууд

## Бэлтгэл

Сургалтад оролцогчдын тоогоор буюу оролцогч, сургагч багш, сургалт зохион байгуулагчдын нийт тоогоор хоёр хэсгээс бүрдэх эвлүүлдэг зураг бэлдэнэ. Жишээ нь, хэрэв 20 оролцогч, 2 сургагч багш байвал 11 зураг эвлүүлэх 22 дүрс бэлдэнэ. Эсвэл, хос хосоороо байх өөр өөр өнгийн чихэр, бусад зүйл бэлдэж болно.

Алхам 1, 3, 4-т тус бүр хэрэглэхэд зориулж оролцогчдыг танилцуулах, сургалтын зорилго, оролцоонд суурилсан сургалтын циклийг танилцуулах зааварчилгааг самбарын цаас, гэрэлтдэг цаас эсвэл Power Point үзүүлэн дээр бэлтгэнэ.

### Алхам 1 – 10-15 минут

Оролцогчид хоорондоо танилцах “Нөгөө хэсгийг олох” тоглоом тоглож сургалтаа эхлэх гэж байгаагаа оролцогчдод танилцуулна. Эвлүүлдэг зураг, эсвэл чихэр хийсэн уут/хайрцгаа барьж өрөөн дотуур явах ба хүн бүрийг нэг нэгийг авахыг санал болгоно. Бүгдэд тарааж дуусаад оролцогчдыг суудлаасаа босож, өөрийн хосоо олохыг хүснэ. Хосоо олмогц 2-3 минутанд багтааж бие биеэсээ дараах мэдээллийг асууж, танилцана:

- *Нэр* – сургалтын үеэр хэн гэж дуудуулах хүсэлтэй байгаа
- *Ажил* – ямар ажил эрхэлдэг
- *Эсрэг хүйсийн хүний оронд байсан бол...* – Оролцогч бүр хэрэв эсрэг хүйсийн хүн байсан бол юу хийх байснаа хэлнэ:
  - Эмэгтэйчүүдийн хувьд: Хэрэв би эрэгтэй байсан бол дараах зүйлийг хийж чадах/хийх байсан .....
  - Эрэгтэйчүүдийн хувьд: Хэрэв би эмэгтэй байсан бол дараах зүйлийг хийж чадах/хийх байсан .....

Жишээ нь, эмэгтэй хүн: “Хэрэв би эрэгтэй байсан бол орой харанхуй болсон ч гэрээсээ гарахаас айхгүй байх байсан”, эрэгтэй хүн “хэрэв би эмэгтэй байсан бол тосгоны ахлагч болох байсан” г.м.

- Зөвхөн эрэгтэй эсвэл зөвхөн эмэгтэйчүүдээс бүрдсэн багийн хувьд оролцогч бүр дараах асуултад хариулна:
  - Эмэгтэй хүний хувьд би дараах зүйлийг хийж чадах/хийх байсан .....
  - Эрэгтэй хүний хувьд би дараах зүйлийг хийж чадах/хийх байсан .....

### Алхам 2 – 20-30 минут

5 минутын дараа оролцогчдыг хостойгоо зэрэгцэн суухыг хүснэ. Тэгээд бие биеэ бусдадаа танилцуулахыг хүснэ. Хэрэв оролцогчид бүрэг ичимхий бол сургагч багш түрүүлж өөрийгөө болон хамтрагчаа танилцуулж болно. Хосуудад 2-оос илүү минут өгөхгүй. Эсрэг хүйсийн хүний оронд байсан бол яах байсныг заавал хэлүүлэхэд анхаарна.



### Сургагч багшид зориулсан зөвлөгөө

“Эсрэг хүйсийн хүний оронд байсан бол...” дасгал нь нээлттэй, шууд өгүүлэмжийг бий болгодог. Энэ нь ч сонирхолтой, сургалтад оролцогчдод эерэг хандлагыг төрүүлдэг. Улмаар сургагч багшид оролцогчдын жендэрийн тухай мэдлэг хэр байгааг, тэдэн дунд энэ чиглэлээр ажилладаг мэргэжилтнүүд байгаа эсэх, хэн нэгэнд энэ талаар ярилцахад эмзэг тусдаг эсэх зэрэг олон зүйлийн талаар тандах боломж бүрддэг.

Энэ дасгалын үр дүнд сургагч багш нарын сургалтад оролцогчдод жендэрийн тухай мэдлэгийг үр дүнтэй олгох үндсэн санаа, стратеги, зөвлөмжүүдийг таниулах холбоос бий болдог (Хэсэг 3.4, 3.5 болон Сургагч багшид зориулсан нэмэлт мэдээллийг харна уу)

### Алхам 3 – 15 минут

Оролцогчдод танилцуулга хийсэнд талархаад Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 1-д байх үзүүлэнг ашиглан сургалтын хөтөлбөрөө танилцуулна:

- Тухайн сургалтыг явуулах шаардлага хэрхэн бий болсон талаар, мөн Амьдрах ухааны сургалтын багц, түүний зорилго, агуулга (Товч мэдээлэл хэсгийн 1, 4, 5)-г танилцуулж, оролцогчдыг Амьдрах ухааны сургалтын багц (Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 1)-н Товч мэдээлэл хэсгийг уншихыг хүснэ.
- Самбарын цаас болон үзүүлэн ашиглан тус сургалтын үеэр ашиглах Сургалтын хэрэглэгдэхүүнийг хэрхэн бэлдсэн тухайгаа танилцуулна.
- Энэ сургалтаар дараах асуудлыг судлах болно гэдгийг оролцогчдод тайлбарлана. Үүнд:
  - Амьдрах ухааны сургалтын багцын агуулга, мөн оролцоонд суурилсан сургалтын аргатай холбоотой өөрсдийн туршлагаа солилцож, суралцах
  - Зарим нэг дасгалыг ажиллан, бодит туршлага олж авах
  - Сургалтын багцад байгаа дасгалуудаас ашиглан өөрсдийн зорилтот бүлэгтээ зориулсан сургалтыг хэрхэн явуулах дадлага хийх
- Оролцогчдыг сургалтын хөтөлбөр, түүний бүтэц болон агуулгатай товч танилцуулна. Гэхдээ энэ шатанд нарийвчлан тайлбарлаж өгөх хэрэггүй. Уг хөтөлбөр нь хөдөлшгүй хатуу тогтсон биш бөгөөд зорилтот бүлгийн хэрэгцээнд тохируулан өөрчлөх боломжтой гэдгийг хэлнэ.

### Алхам 4 – 15 минут

Сургагч багшийн хувьд сургалтын хэв маяг болон аргын талаар өөрсдийн туршлагаасаа хуваалцахыг оролцогчдоос хүсэж, гол санаа, түлхүүр үгсийг самбар эсвэл самбарын цаасан дээр бичихийг хүснэ. Лекц, үзүүлэн зэрэг ашигладаг уламжлалт сургалтын загвар, мөн оролцоонд суурилсан, үйлдэлд буюу туршилтанд суурилсан сургалтын аргуудын тухай заавал дурдаарай. Сургалтын уламжлалт аргууд болон шинэ аргын давуу болон сул талуудыг нэрлэхийг хүсээрэй.

Сургалтын эдгээр аргуудыг зохистойгоор хослуулан хэрэглэж сурах нь чухал болохыг тайлбарлаарай. Мэдлэг дамжуулах нэг суваг буюу лекц, үзүүлэнгийн арга нь уламжилж ирсэн, нэлээд дэлгэрсэн арга билээ. Оролцоо, туршилтанд суурилсан арга нь боловсролын салбарт илүү шинэлэгт тооцогдох ба зарим тохиолдолд энэ аргын тухай мэдлэг оролцогчдод хомс байдаг.

Алхам 1-н үед хийсэн “Эсрэг хүйсийн хүний оронд байсан бол...” дасгалаар жендэрийн талаар, жендэрийн тэгш эрхийн талаар юу сурсан тухай асуугаарай. Хэд хэдэн хариулт авсны дараа дараах байдлаар дүгнэлт хийгээрэй:



ТАНИЛЦАХ ДАСГАЛ 1.1: ОРОЛЦОГЧИД БОЛОН СУРГАЛТЫН ХӨТӨЛБӨРИЙГ  
ТАНИЛЦУУЛАХ (СУРГАГЧ БАГШ НАРТ ЗОРИУЛСАН СУРГАЛТ)

- Эрэгтэй хүн байх эсвэл эмэгтэй хүн байх гэдэг нь юу гэсэн үг болох, ямар давуу болон сул талтай байж болохыг мэдрэх, түүнийгээ илэрхийлэхэд нь тусалсан.
- Жендэрийн үүргийн тухай нийгэмд тогтсон хэвшмэл үзэл, хүлээлтийн талаарх хувийн туршлага нь лекц сонсох эсвэл энэ талаар уншиж судлахаас илүү богинохон хугацаанд жендэрийн тэгш байдлын тухай ойлгуулсан.

Үзүүлэнд байх “Оролцоонд суурилсан сургалтын цикл”-ын үндсэн 5 алхамтай танилцана (Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 8)

Алхам 1	Сургалтын цикл нь шинэ санаа болон практикийн сорилтой танилцахаас эхэлнэ. Шинэ санаа эсвэл практикийн сорилыг мэдрэх, танихын тулд оролцогчид тоглоом тоглож, дүрд тоглож, багаар ажиллаж эсвэл өөр дасгал ажиллах болно.
Алхам 2	Дараа нь оролцогчид дасгал ажиллах явцад юу мэдэрч, юу ажигласнаа буюу туршлагаа хуваалцана.
Алхам 3	Багууд дасгалын гүйцэтгэлийн үр дүн болон туршлагадаа дүн шинжилгээ хийнэ.
Алхам 4	Багууд дасгалаар олж авсан сургамж, гол санаагаа багцлан, дүгнэлт хийнэ.
Алхам 5	Оролцогчид сургалтын дараа бодит амьдралд хэрэгжүүлэх мэдлэг чадвартай болж, гэртээ харина.

Сургагч багшийн гол үүрэг нь тэдний сурах үйл ажиллагааг дэмжих, зааварчилгаа өгөх, хожим нь бодит амьдралд хэрэглэх дүн шинжилгээ, дүгнэлт гаргахад нь чиглүүлэхэд оршино. Сургагч багш нар лекц уншиж, мэдлэгээр “тэжээхээс” илүү өөрсдөө суралцахад нь туслах болно.

Оролцогчид өөрсдийгөө чөлөөтэй илэрхийлэн оролцож, асуулт тавьж, санаа бодлоо бусадтай хуваалцах бүхэн нээлттэй гэдгийг онцлон тэмдэглээрэй. Сургалтын чанар нь оролцогч бүрийн оролцооны чанараас шууд хамааралтай билээ. Иймд хүн бүр суралцах үүргээ биелүүлэх хариуцлага хүлээнэ. Идэвхтэй оролцоо нь тэдний нуугдмал авьяас чадвар нээн илрэх, бүтээлч чанар хөгжих, өөртөө итгэх итгэлээ бэхлэх, ур чадвараа сайжруулах боломж олгох болно.

## ТАНИЛЦАХ ДАСГАЛ 1.2: ОРОЛЦОГЧИД БОЛОН СУРГАЛТЫН ХӨТӨЛБӨРИЙГ ТАНИЛЦУУЛАХ (ХҮҮХЭД, ЗАЛУУЧУУД, ГЭР БҮЛД ЗОРИУЛСАН АМЬДРАХ УХААНЫ СУРГАЛТ)



### Зорилго

- Сургалтын хөтөлбөрийн зорилго, агуулга, бүтцийг танилцуулах
- Сургагч багш нар болон оролцогчид хоорондоо танилцах



### Зорилтот бүлэг

Зорилтот бүлгийн хүүхэд, залуучууд, гэр бүл



### Хугацаа

45-60 минут (оролцогчдын тооноос шалтгаалаад)



### Суудал зохион байгуулалт

Хагас, бүтэн тойрог, эсвэл загасан нуруу хэлбэрээр суух



### Ашиглах материал

Бүх оролцогчдод, бичиг үсэгт тайлагдаагүй ч хамаагүй, дараах зүйлсээс бүрдсэн багц буюу хавтас өгнө. Үүнд:

- Амьдрах ухааны сургалтын багцын Товч мэдээлэл (Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 1)
- Сургалтын хөтөлбөрийн товч (жишээ нь, Хэсэг 7, Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 5, 7)
- Оролцогчдын нэрсийн жагсаалт



### Сургалтын хэрэглэгдэхүүн

Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 1: Товч мэдээлэл: Амьдрах ухааны сургалтын багц (Хэсэг 7)

Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 8: Үзүүлэн: Оролцоонд суурилсан сургалтын цикл (Сонголтоор: Зөвхөн бичиг үсэгт тайлагдсан залуучууд болон насанд хүрэгчдэд)



### Сургалт зохион байгуулах алхмууд

#### Бэлтгэл

Алхам 3-т хэрэглэх зорилгоор сургалтын зорилгыг самбарын цаасан дээр бичиж бэлдэнэ. Түүнчлэн Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 8: Үзүүлэн: Оролцоонд суурилсан сургалтын циклийг зурж бэлдэнэ.

ТАНИЛЦАХ ДАСГАЛ 1.2: ОРОЛЦОГЧИД БОЛОН СУРГАЛТЫН ХӨТӨЛБӨРИЙГ ТАНИЛЦУУЛАХ  
(ХҮҮХЭД, ЗАЛУУЧУУД, ГЭР БҮЛД ЗОРИУЛСАН АМЬДРАХ УХААНЫ СУРГАЛТ)

**Алхам 1** – 10-15 минут

Хоорондоо танилцахын тулд “Нэр” гэдэг тоглоомоор сургалтаа эхэлнэ гэдгийг оролцогчдод тайлбарлана. Тоглоом эхлэхэд бүгд нэг нэгээрээ нэрээ хэлэх ба хүн бүр өөрийн бүтэн нэрээ, эсвэл хэн гэж дуудуулмаар байгаагаа удаанаар, тод хэлэх ба бусдад амархан мартуулахгүйн тулд өөрийгөө онцлон нэг үгээр танилцуулна. Жишээ нь: би бол Ким. Би хоол хийх дуртай г.м.

**Алхам 2** – 15-25 минут

- Бүх оролцогч өөрсдийгөө танилцуулж дуусангуут сургагч багш өөрийгөө танилцуулна. “Миний нэрийг Болор гэдэг, би Б дүүрэгт амьдардаг. Би ‘А’ үсгээр эхэлсэн нэртэй нэг хүн танина” гээд оролцогчдоос тэр хүнийг зааж, “Чамайг Алтан гэдэг, чи мөхөөлдсөнд дуртай. Харин чи өндгөнд дуртай Эрдэнэ гэдэг хүнийг олж чадах уу? гэж асууна.
- Алтан эхэлж өөрийнхөө нэрийг хэлээд, Эрдэнийг заах ба түүнээс өөр хэн нэгнийг, жишээ нь “ногоон өнгийн цамцтай Гэрэлийг” таних эсэхийг асууна.
- Энэ мэтээр хүн бүрийг таньдаг болох хүртлээ тоглоомыг үргэлжлүүлнэ.
- Суусан дарааллаараа бүгд бие биеийнхээ нэрийг хамтдаа хэлж тоглоомыг дуусгана.



**Сургагч багшид зориулсан зөвлөмж**

Хэрэв оролцогчид бие биеэ таньдаггүй, нэр болон онцлогийг нь цээжлэхэд хэцүү байвал зөвхөн хажууд сууж байгаа хүнийхээ нэр, эсвэл онцлогийг хэлэхэд болно. Эсвэл Хэсэг 7, Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 15-с нэг тоглоом сонгож болно.

**Алхам 3** – 10 минут

Оролцогчдод танилцуулгад оролцсонд нь талархлаа илэрхийлэх ба сургалтын хөтөлбөрөө дараах байдлаар танилцуулна:

- Сургалтын хөтөлбөр болон зорилтот бүлгийн онцлогоос шалтгаалаад хөтөлбөрийн гол зорилго, бүтэц, агуулгыг танилцуулна (хэрэв оролцогчид бичиг үсэгт тайлагдсан бол сургалтын хөтөлбөрийн нэг хувийг өгнө). Тухайлбал, хүүхэд залуучуудад зориулсан Амьдрах ухааны сургалтаар (Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 6-г харна уу) таван өөр сэдэвтэй танилцах болно:

Өдөр 1	Өөрийгөө танин мэдэх, жендэрийн мэдлэг: Өөрийнхөө тухай, танай орон нутагт хүү/охин байх, эрэгтэй/эмэгтэй байх нь ямар байдаг тухай ойлголт авна.
Өдөр 2	Эрх ба үүрэг хариуцлага: хувь хүнийхээ хувьд, гэр бүлийн болон орон нутаг, нийгмийн гишүүнийхээ хувьд ямар эрх болон үүрэг хариуцлагатай болох, тэдгээрийг хэрхэн тэнцвэртэй байлгах талаар мэдлэг эзэмшинэ.
Өдөр 3	Асуудлыг шийдвэрлэх болон нийгмийн ур чадварууд: бие дааж болон багаараа асуудлыг шийдвэрлэх бүтээлч аргуудтай танилцаж, бусадтай хэрхэн хамтрах харилцах, аливаа эрсдэлээс зайлсхийхийн тулд мэдлэг мэдээлэлд суурилсан шийдвэр хэрхэн гаргах талаар суралцана.
Өдөр 4	Бэлгийн боловсрол эрүүл аж төрөх: өөрийн бие, үерхэл нөхөрлөл, дотно харилцааны тухай, хэрхэн эрүүл, аюулгүй амьдрах тухай мэдэж авна.

Өдөр 5	<i>Амьдралын зорилго/Хөдөлмөрлөх эрх:</i> амьдралаас юу хүсэж байгаагаа, зорилгыг хэрхэн тавьж, түүндээ хэрхэн хүрэх тухай суралцана. Түүнчлэн хэрхэн аюулгүй шилжин суурьших, ажил хайх талаар ойлголт мэдлэгтэй болно.
--------	--

Сургалтын үндсэн зорилгоо тайлбарлаарай, жишээ нь:

- Хүүхдүүд, насанд хүрэгчдийн (эсвэл ажилтнуудын) эрхийн талаарх ойлголтоо гүнзгийрүүлэх
- Ажил, амьдралын нөхцөлөө сайжруулж, найз нөхөдтэй болох талаар мэдлэг, чадвар олж авах
- Өөртөө итгэлтэй байж, ухаалаг шийдвэр хэрхэн гаргахад суралцаж, өрх гэр, ажлын байр, нутаг орондоо өөрийгөө бүрэн илэрхийлж байх

#### Алхам 4 – 10 минут

Сургалтад оролцогч бүр хийж турших замаар суралцана гэдгийг тайлбарлаарай. Өөрөөр хэлбэл энэ сургалтаас хэр ихийг хэрхэн суралцах нь тэдний хэр идэвхтэй байхаас шууд шалтгаална гэдгийг онцлон хэлнэ. Хэдий чинээ идэвхтэй оролцоно, төдий чинээ сайн суралцана. Чөлөөтэй асуух, санал бодлоо чөлөөтэй солилцож оролцохыг дэмжээрэй. Тоглоом тоглох, санал бодлоо хуваалцах, хэлэлцүүлэгт оролцох, багаар ажиллах, дадлага ажил хийх зэрэг төрөл бүрийн үйл ажиллагаа гүйцэтгэх болно гэдгийг хэлээрэй. Сургагч багшийн гол үүрэг нь тэдний сурах үйл ажиллагааг дэмжих, удирдамж заавар өгөх, хожим нь бодит амьдралд хэрэглэх дүн шинжилгээ, дүгнэлт гаргахад нь чиглүүлэхэд оршино. Сургагч багш нар лекц уншиж, мэдлэгээр “тэжээхээс” илүү өөрсдөө суралцахад нь туслах болно.

#### Алхам 5 – (Сонголтоор) 10 минут

Хэрэв залуучууд, эцэг эхчүүд “суралцахад суралцах” хүсэлтэй бол, мөн сургалтын уламжлалт арга барилын тодорхой туршлагатай бол (Жишээ нь: сургууль завсардсан залуучууд эсвэл эцэг эх нь хүүхдээрээ ажил хийлгэхийн тулд сургуулиас гаргасан), бичиг үсэгт тайлагдсан бол “хийнгээ суралцах” арга нь уламжлалт аргаас юугаараа ялгаатай болохыг тайлбарлаж өгвөл зохино.

Оролцоонд суурилсан сургалтын циклын 5 алхмыг дүгнэнэ (Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 8, Оролцоонд суурилсан сургалтын циклийн тухай слайд эсвэл үзүүлэн хэрэглэнэ). Алхам бүрийг нь ойлгоход хялбар үг хэллэг хэрэглэн тайлбарлах хэрэгтэй. Жишээ нь:

- Алхам 1 – Тоглоом, жүжигчилсэн тоглолт, дадлага ажлаар үйлдлийг хийж гүйцэтгэх, түүнийг мэдрэх
- Алхам 2 – Үйдлийг гүйцэтгэх явцад юу мэдэрсэн тухайгаа хуваалцах
- Алхам 3 – Ажиглалт, мэдрэмж, үр дүнгээ задлан шинжлэх
- Алхам 4 – Дасгалаас дүгнэлт хийх
- Алхам 5 – Эзэмшсэн мэдлэг чадвараа бодит амьдралд хэрэгжүүлэх

## ТАНИЛЦАХ ДАСГАЛ 2: ОРОЛЦОГЧДЫН ХҮЛЭЭЛТ БОЛОН ХУВЬ НЭМРИЙГ УЯЛДУУЛАХ



### Зорилго

- Сургалтад оролцож байгаа хүмүүсийн хүлээлт болон тэдний хувь нэмэртэй танилцах
- Сургалтын хөтөлбөр оролцогчдын хэрэгцээнд нийцэж байгаа эсэхийг тодруулах



### Зорилтот бүлэг

- Сургагч багш нар эсвэл
- Зорилтот бүлгийн хүүхэд, залуучууд, тэдний гэр бүл



### Хугацаа

45 минут



### Суудал зохион байгуулалт

Хагас, бүтэн тойрог, эсвэл загасан нуруу хэлбэрээр суух



### Ашиглах материал

- Хөлтэй самбар, самбар, эсвэл хоосон хана
- Оролцогч бүрт нэг нэг самбарын үзэг
- Нэг дамар скоч
- Оролцогч бүрт 2 өөр өнгийн (жишээ нь, 2 ш. хөх, 2 ш. шар г.м.) 4 ил захидал (А-4 цаасны ¼ хэмжээтэй)



### Сургалт зохион байгуулах алхмууд

#### Сонголт А: Оролцогчид бичиг үсэгт тайлагдсан бол

#### Алхам 1 – 10 минут

Сургагч багш оролцогчдын тус сургалтаас хүсэн хүлээсэн зүйлс болон сургалтад оруулж чадах хувь нэмрийн талаар буюу тэд юу мэдэхийг хүсэж байгаа, бусадтай ямар туршлага хуваалцаж чадах талаар мэдэх хэрэгтэйг тайлбарлана. Ингэснээрээ сургалтын хөтөлбөр тэдний хэрэгцээнд нийцэж байгаа эсэхийг мэдэх, түүнчлэн оролцогчдын авьяас чадвар болон нөөц бололцоог таньж мэдэх боломжтой болно.

Оролцогч бүрт 2 өөр өнгийн хоёр хоёр хуудас цаас, самбарын үзэг өгнө. Аль нэг өнгийг хүлээлт, нөгөөг нь хувь нэмэр хэмээн хуваарилаарай. Жишээ нь: шар нь хүлээлт, хөх нь хувь нэмэр г.м. Улмаар цаасан дээрээ дараах зүйлсийг бичихийг хүснэ:

- Сургалтаас юу олж авна хэмээн хүлээж, найдаж байгаагаар шар өнгийн цаасан дээр
- Сургалтын үеэр бусадтай хуваалцаж чадах зүйлсээ хөх өнгийн цаасан дээр бичнэ.

Тэдний хүлээлт болон хувь нэмэр нь сургалтын агуулга, сургалтын явц эсвэл хүмүүстэй зохиох уулзалт зэргээр сургалтын аль ч талтай холбоотой байж болно. Оролцогчдыг цаасан дээр аль болох томоор, гаргацтай бичихийг хүсэх ба нэрээ заавал бичих хэрэггүйг сануулна. Сургагч багш жишээ үзүүлж, тайлбарлаж болно. 5 минутын хугацаанд 2 цаасан дээр хүлээлтээ, 2 цаасан дээр хувь нэмрээ бичихийг даалгана. Алдаа гаргавал шинэ цаас авч болно.

Оролцогчид бэлэн болмогц сургагч багш цааснуудаа хурааж аваад сэдвээр нь ялган, самбарт тогтооно. Сургалтын хөтөлбөрөөс шалтгаалаад сэдвүүд өөр өөр байна: хүүхдийн хөдөлмөр, албадан хөдөлмөр, хүн худалдаалах гэмт хэрэг, жендэрийн тэгш эрх, гэрийн үйлчилгээний ажил эрхлэгч хүүхэд, сургалтын арга барил, асуудал шийдвэрлэх, аюулгүй шилжин суурьшилт, өөртөө итгэлтэй болох, хүнтэй танилцах г.м.



### **Сургагч багшид зориулсан зөвлөмж**

*Зарим оролцогч хүлээлтийн талаар өөрсдөөс нь шууд асууна гэж бодоогүй байдаг учир юу гэж хариулж бичихээ мэдэхгүй байх нь бий. Иймд хүн бүрийг оролцоорой гэж уриалах хэрэгтэй. Зарим оролцогч ганц хоёрхон хуудас хэрэглэсэн ч энэ нь хангалттай байх болно.*

### **Алхам 2 – 20 минут**

Сэдэв бүрийн дагуу хүлээлт болон хувь нэмрийн тухай товч хэлэлцүүлэг өрнүүлнэ. Оролцогчдоос ойлгоогүй зүйл байгаа эсэхийг нь асууж, тодруулга өгнө. Үндсэн сэдэв тус бүрийг товч тодотгож, сургалт семинарын явцад хүлээлт нь ямар хэмжээнд хэрэгжиж болохыг тайлбарлаарай. Ихэвчлэн ихэнх хүлээлт нь сургалтын зорилготой нийцэж байх болно.

Хувь нэмрийн тухайд оролцогч бүрийн идэвхтэй оролцоо сургалтад маш том хувь нэмэр оруулж, нөлөөлдөг тухай дурдаад оролцогчдын өөр өөр туршлага, мэдлэг, чадвар нь бусаддаа суралцах боломж олгодог болохыг ойлгуулна. Иймд хүн бүрийн оролцоог дэмжинэ. Ичимхий, өөрийн хувь нэмрийн талаар юу ч бичээгүй оролцогчдод дараагийн сургалтад санаа бодлоо илэрхийлэх боломж олгоорой.

### **Сонголт Б: Оролцогчид бичиг үсэгт тайлагдаагүй бол**

Сайтар уншиж бичиж чадахгүй оролцогчдод уг дасгалыг амаар буюу санаа цуглуулах аргаар ажиллуулж болно. Дараах алхмаар ажиллана:

### **Алхам 1 – 20 минут**

- Оролцогчдоос нийт дунд нь энэ сургалтад ямар хүлээлттэй ирсэн талаар асууна.
- Самбар эсвэл самбарын цаасан дээр “Итгэл найдвар” гэсэн гарчгийн дор хариултуудыг жагсаана.
- Оролцогчдоос тэд юунаас эмээж байгаа буюу хүсэхгүй байгаа зүйлийг нь асууна.

- “Айдас” гэсэн гарчиг дор санаагаа жагсаана.

### Алхам 2 – 10 минут

Гол итгэл найдвар болон айдсын талаар бүгдээрээ ярилцана. Улмаар итгэл найдварт хэрхэн хандах, айдас түгшүүрт хэрхэн хандах талаар зөвлөлдөнө. Мөн энэ боломжийг ашиглан сургалтын талаар буруу ойлголт байвал залруулна.

Дээрх маягаар дасгал ажиллахад хүн бүрийн идэвхтэй, тэгш оролцоо чухал болохыг онцолж хэлнэ.

### Алхам 3 -15 минут

Хүн бүр идэвхтэй оролцох, бусдаас суралцах боломжтой аюулгүй, харилцан бие биеэ хүндэлсэн орчин бүрдүүлэхийн тулд сургалтын явцад хүн нэг бүрийн мөрдөх ёстой сургалтын дүрмийн талаар санаагаа хуваалцахыг оролцогчдоос хүснэ.

- Санаа цуглуулах арга хэрэглэх (жишээ нь, цагаа баримтлах, сургалтын үеэр гар утсаа унтраах, утсаар ярихгүй байх, бусдыг ярьж байхад нь сонсох г.м.).
- Санаагаа самбар эсвэл самбарын цаасан дээр бичих эсвэл зурах.
- Жагсаалтыг харж, ихэнх оролцогчдын санал болгосон дүрмийг ялгах.
- Ангийн гол дүрмийн жагсаалт гаргах.
- Сургалтын явцад энэхүү жагсаалтыг баримжаа болгон ашиглах.

## ТӨГСГӨЛИЙН ДАСГАЛ 1: АЖЛЫН ТӨЛӨВЛӨГӨӨ ГАРГАХ



### Зорилго

- Хөдөлмөрлөх эрх болон хүний эрхийн зөрчлийн хохирогч болох эрсдэлтэй хүүхэд, залуучууд, тэдний гэр бүлийнхэнд зориулсан Амьдрах ухааны сургалтыг зохион байгуулах ажлын төлөвлөгөө боловсруулах (сургагч багш нар)
- Эзэмшсэн мэдлэг чадвараа сургалтын дараа бодит амьдралд хэрэгжүүлэх хувийн төлөвлөгөө боловсруулах



### Зорилтот бүлэг

- Сургагч багш нар эсвэл
- Зорилтот бүлгийн хүүхэд, залуучууд, тэдний гэр бүл



### Хугацаа

- Алхам 1-2-т 30-60 минут
- Алхам 3-4-т 30-60 минут (ажлын төлөвлөгөөний цар хүрээнээс хамаарна)



### Суудал зохион байгуулалт

Алхам 1-ийн үеэр тойрог, хагас тойрог, загасан нуруу хэлбэрээр суух

Алхам 2-ын үед жижиг багаар суух



### Ашиглах материал

- Оролцогч бүрт үзэг, харандаа
- Алхам 1-2 –т зориулж өөр өөр сэдэвтэй (байгалийн зураг, хөрөг г.м.) өөр өөр загвартай (шог зураг, абстракт, реалист г.м.) 50 орчим ил захидал
- Сургалтаас хойш 2 долоо хоногийн дараа илгээхэд зориулсан марк (оролцогч бүрт нэг нэгийг)
- Ажлын төлөвлөгөө гаргах загвар (Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 9-н дагуу сургалт зохион байгуулагч, сургагч багш нар боловсруулна)



### Сургалтын хэрэглэгдэхүүн

Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 9: Сургалтын дараах ажлын төлөвлөгөө (Хэсэг 7)



### Сургалт зохион байгуулах алхмууд



## Бэлтгэл

Оролцогч тус бүрийн хувийн төлөвлөгөө боловсруулахад зориулсан асуултууд (Алхам 1-2), дараа нь Ажлын төлөвлөгөө боловсруулахад (Алхам 3-4) зориулсан асуултууд төлөвлөнө:

- Оролцогч тус бүрийн хувийн төлөвлөгөөний асуултууд аль болох товч байх хэрэгтэй. Учир нь оролцогчид хариултаа ил захидал дээрээ бичнэ. Түүнийг нь сургалтын дараа оролцогчдод өөрсдөд нь шуудангаар илгээнэ. Зарим асуултуудаас дурдвал: Энэ сургалтын дараа юу хийхээр өөртөө амласан бэ? (Шинэ жилийн өмнө гаргадаг төлөвлөгөөтэй адил гэж хэлж болно).
- Амьдрах ухааны сургалтын дараах ажлын төлөвлөгөө нь сургагч багш нарын сургалт болон зорилтот бүлэгт зориулсан сургалтад зориулагдсан бөгөөд оролцогчид өөрсдийн ажлын байр, орон нутагтаа юу сурснаа хуваалцах тухай ажлын төлөвлөгөө юм. Жишиг хүснэгтийг Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 9-с харна уу.

## Алхам 1 – 10 минут

Энэ дасгал нь сургалтын үеэр эзэмшсэн мэдлэг чадвараа сургалтын дараа бодит амьдрал дээр хэрэгжүүлэхэд оролцогчдод туслах зорилготой болохыг тайлбарлана. (Алхам 1 ба 2).

- Зураг бүхий ил захидлуудаа тойргийн голд, шалан дээр дэлгэн тавиад оролцогч бүр өөрт таалагдсанаа сонгоод суудалдаа суухыг хүснэ.
- Оролцогч бүрт марк өгч, ил захидал дээрээ наагаад, өөрсдийн шуудангийн хаягаа бичихийг хүснэ.

## Алхам 2 – 25 минут

Сургалтын дараа хийхээр төлөвлөж эсвэл амьдралаа өөрчлөхөөр шийдэн өөртөө 1-3 амлалт өгнө гэдгийг оролцогчдод тайлбарлана (Шинэ жилийн өмнө гаргадаг төлөвлөгөөтэй адил гэж хэлж болно). Тэдэнд бодох хугацаа өгч, тэдгээр амлалтуудаа ил захидал дээр бичихийг хүснэ. Бичиг үсэгт тайлагдаагүй оролцогчид зураг зурж болно.



### Сургагч багшид зориулсан зөвлөмж

*Хэрэв жендэрийн тэгш бус байдал дурдагдсан бол эрэгтэй эмэгтэй хүмүүсийн хооронд ажлын ачааллыг тэгш хуваарилах, шийдвэр гаргах явцад тэгш оролцоог хангах талаар ямар арга хэмжээ авч болох талаар тунгаан бодохыг хүснэ. Жишээ нь, хөвгүүд, эрчүүд гэрийн ажилд тусалж, охид эмэгтэйчүүд ажлын байр болон орон нутагтаа өөрийн дуу хоолойгоо сонсгож болно.*

2-3 оролцогчийг сайн дураараа өөрсдийн амлалтаа бусаддаа танилцуулахыг хүсээд, бүх ил захидлыг хурааж авна.

Эдгээр ил захидлыг сургалт дууссанаас хойш 2 долоо хоногийн дараа оролцогчдод шуудангаар илгээж, өөртөө өгсөн амлалтуудыг нь сануулна.

## Алхам 3 – 20-40 минут

Энэхүү дасгалын 2-р хэсэг нь Амьдрах ухааны сургалтын дараах ажлын төлөвлөгөө гаргахад нь туслах болно гэдгийг оролцогчдод тайлбарлана. Тухайлбал, зорилтот бүлгийн оролцогчид эсвэл сургагч багш нар сургалтын дараа өөрсдийн гэр бүл, орон нутаг, ажлын байрандаа хүүхэд залуучууд, насанд хүрэгчидтэй мэдээлэл хуваалцах талаарх төлөвлөгөө юм.

Оролцогчид сургалтын дараа хийх ажлын төлөвлөгөөгөө бие даан эсвэл хамтарч хийж болно гэдгийг хэлнэ. Тухайлбал, нэг байгууллагаас эсвэл хамтран ажилладаг байгууллагуудаас төлөөлж ирсэн, эсвэл ойролцоо буюу нэг газар ажиллаж амьдардаг бол хамтарч төлөвлөгөө гаргахыг хүснэ.

Оролцогч бүрт Ажлын төлөвлөгөөний хүснэгтийг хувилан тараах ба ганцаараа, эсвэл багаараа үүнийг бөглөж, шаардлагатай тохиолдолд оролцогчдод нэмж өгнө.

#### **Алхам 4** – 10-20 минут

Ажлын төлөвлөгөөгөө танилцуулахыг 3-4 багаас хүсэх ба бусдаас санал сэтгэгдлийг нь сонсоно.

1-4-р алхмуудын гол үр дүнг багцлан дүгнээд, хичээлээ хаана.

Оролцогчдын Ажлын төлөвлөгөөг дараах зорилгоор хувилна:

- Оролцогч бүр Ажлын төлөвлөгөөний нэг хувийг өөртөө хадгална.
- Сургагч багш хүн бүрийн Ажлын төлөвлөгөөний хувийг авч үлдэх ба цаашид тухайн чиглэлээр нь зөвлөгөө, дэмжлэг үзүүлэхэд ашиглана.

## ТӨГСГӨЛИЙН ДАСГАЛ 2: ТӨГСГӨЛИЙН ҮНЭЛГЭЭ



### Зорилго

Сургалтын үр дүнг үнэлэх: Бид дэвшүүлсэн зорилго, хүлээсэн үр дүндээ хүрсэн үү?



### Зорилтот бүлэг

- Сургагч багш нар эсвэл
- Зорилтот бүлгийн хүүхэд, залуучууд, тэдний гэр бүл



### Хугацаа

30 минут



### Суудал зохион байгуулалт

Тойрог, хагас тойрог хэлбэрээр суух



### Сургалтын хэрэглэгдэхүүн

Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 11: Сургалтын төгсгөлийн үнэлгээний хуудас



### Сургалт зохион байгуулах алхмууд

#### Бэлтгэл

Сургалтын үнэлгээний хуудсыг бэлдэнэ. Жишиг хүснэгтийг Сургалтын хэрэглэгдэхүүн 11-с харж, шаардлагатай засвар өөрчлөлтийг хийгээд, сургалтын хамгийн сүүлийн өдөр, сургалт дуусахаас хэдэн цагийн өмнө оролцогчдод тараана.



### Сургагч багшид зориулсан зөвлөмж

Сургалтын багцын үнэлгээ хийхдээ дасгал бүрт зориулж үнэлгээний “нүүр” болон тухайн дасгалын юу нь болж, юуг нь өөрчлөх хэрэгтэй талаар тайлбар бичих мөр нэмнэ.

#### Алхам 1 – 15 минут

Оролцогчид “Амьдрах ухааны сургалт”-ын гол зорилго болон зорилтуудаа эргэн санана.

Оролцогчдоос сургалтаас хүлээж байсан бүхэн нь биелсэн эсэх, зорилгодоо хүрсэн эсэх талаар асуугаарай.

Энэхүү үнэлгээ нь дараа дараагийн “Амьдрах ухааны сургалт”-ыг сайжруулахад хэрэгтэй болохыг тайлбарлаарай. Үнэлгээг амаар болон бичгээр хийнэ.

Үнэлгээний хуудсыг тарааж өгөөд түүнд хариулах цаг гаргаж өгөх хэрэгтэй. Бөглөсөн хуудсуудыг хаалтын ёслолын арга хэмжээний өмнө хурааж авна. Сургалт зохион байгуулагчид болон сургагч багш нар үнэлгээнд дүн шинжилгээ хийнэ.

### **Алхам 2** – 10 минут

Оролцогчдоос аман асуулгаар үнэлгээ хийлгэж болно. Сургалтаас хамгийн их таалагдсан болон таалагдаагүй нэг нэг зүйлээ нэрлэхийг хүн бүрээс хүснэ (шинээр сурсан, таалагдсан таалагдаагүй, цаашид яаж сайжруулбал зохих г.м.). Сургагч багш нар ч мөн үнэлгээнд оролцоно.

## СУРГАЛТЫН ХЭРЭГЛЭГДЭХҮҮН 1

### Товч мэдээлэл

#### Амьдрах ухааны сургалтын багц

##### 1. Амьдрах ухааны сургалтын багц гэж юу вэ?

Хүүхэд, залуучууд, гэр бүлд зориулсан Амьдрах ухааны сургалтын багц (товчдоо 'Сургалтын багц' гэх) нь идэвхтэй оролцооны аргад суурилсан сургалтын хэрэгсэл бөгөөд хүүхдийн хөдөлмөр, хөдөлмөрийн болон бэлгийн мөлжлөгийн зорилгоор хүн худалдаалах гэмт хэргийн хохирогч болох эрсдэл өндөртэй нийгмийн давхаргуудтай тулж ажилладаг хувь хүн болон байгууллагуудад зориулсан, тэдний зорьсон ажлынх нь үр дүнг нэмэгдүүлэхэд чиглэсэн интерактив сургалтын хэрэгсэл юм.

##### 2. Хэнд зориулсан болох?

**Зорилтот бүлэг:** Сургалтын багц нь хүүхэд (10-14 насны), залуучууд (15-24 насны), насанд хүрэгчид (25-аас дээш насны) гэсэн насны гурван ангиллаар сургалт явуулахад зориулсан. Зорилтот бүлэг нь амьдралдаа асуудал бэрхшээлтэй тулгарсан, хүүхдийн хөдөлмөрийн мөлжлөг, хүний эрхийн зөрчлийн хохирогч болох эрсдэлтэй, хот болон хөдөө орон нутагт хөдөө аж ахуй, үйлдвэрлэл, худалдаа, үйлчилгээний салбарт эсвэл гэрийн үйлчилгээний ажил эрхэлж байгаа хүүхэд, залуучууд, эцэг эхчүүд, түүнчлэн хүн худалдаалах гэмт хэрэг эсвэл хүний эрхийн зөрчлөөс аврагдсан хүмүүс юм.

**Шууд хэрэглэгчид:** Энэхүү багцын шууд хэрэглэгчид нь хүүхдийн хөдөлмөр, хөдөлмөрлөх эрх болон хүний эрх зөрчигдөх эрсдэлтэй орон нутагт ажиллаж байгаа сургагч багш нар, төрийн болон төрийн бус байгууллагын ажилтнууд, Монголд үйл ажиллагаа явуулж байгаа олон улсын байгууллагын ажилтнууд юм. Энэ хүмүүс нь мэргэшсэн сургагч багш нар, төрийн албан хаагчид, нийгмийн ажилтан, хүүхэд, залуучууд, гэр бүлд тусламж үйлчилгээ үзүүлдэг төрийн бус байгууллагын ажилтнууд, хөдөлмөрийн байцаагч, багш, нар, үе тэнгийн сургагч, залуучууд, эмэгтэйчүүд, орон нутгийн манлайлагчид зэрэг хүмүүс байна.

##### 3. Сургалтын энэхүү багц Монголд яагаад чухал вэ?

Сүүлийн арван жилд Монгол Улсын Засгийн газраас хүүхдийн хөдөлмөрийн тэвчишгүй хэлбэрийг устгах, албадан хөдөлмөрийн тухай Конвенцын зарчмуудыг хэрэгжүүлэх чиглэлд тодорхой олон арга хэмжээг авч хэрэгжүүлсэн болно. Гэвч мэдлэг ойлголтыг нэмэгдүүлэх, урьдчилан сэргийлэх, нөхөн сэргээх чиглэлээр хийж байгаа оролдлого, хүчин чармайлтад хүүхдийн хөдөлмөр болон албадан хөдөлмөрийн тухай ойлголт төсөөлөл дутмаг, орон нутаг, зорилтот бүлэг, хүчирхийллийн хохирогчидтой ажиллахад үндэсний хууль тогтоомж болон олон улсын хөдөлмөрийн стандартыг хэрэгжүүлэх, мониторинг хийхэд төрийн байгууллага болон төрийн албан тушаалтны боломж хязгаарлагдмал байгаа нь саад тотгор болж байна.

Гэр бүл, хүүхэд залуучуудын хөгжлийн газар болон Хөдөлмөр нийгмийн хамгааллын яам сургалтын энэхүү багцыг төрийн бүтцийн зохион байгуулалтын чадамжийг бэхжүүлэх тохиромжтой зэмсэг хэмээн тодорхойлжээ. Европын Холбооны санхүүжилтээр хэрэгжүүлж буй "Олон улсын хөдөлмөрийн хэм хэмжээний нийцэл, тайлагналтын үндэсний чадавхыг бэхжүүлэх замаар Европын Холбооны Хөнгөлөлтийн ерөнхий систем (GSP+)-д Монгол Улсын статусыг тогтвортой хадгалах нь" төслийн II үе шатны хүрээнд ГБХЗХГ, ХНХЯ, Олон улсын хөдөлмөрийн байгууллагын дэмжлэгтэйгээр энэхүү сургалтын багцыг Монгол Улсын нөхцөлд нийцүүлэн боловсруулсан.

#### 4. Зорилго, стратеги нь юу вэ?

Сургалтын энэхүү багцын үндсэн зорилго нь зорилтот бүлэгтэйгээ ажиллахад сургагч багш, хөгжлийн/нийгмийн ажилтнуудад:

- Эрсдэл өндөртэй орон нутаг болон ажлын байранд хүүхэд залуучууд, тэдний гэр бүлийнхэнд хүүхдийн эрх, ажиллагчдын эрх болон жендэрийн тэгш эрхийн тухай ойлголт мэдлэгийг нэмэгдүүлэх
- Эдгээр орчин нөхцөлд ажиллаж амьдарч байгаа хүүхэд залуучууд, насанд хүрэгчдэд мэдлэг мэдээлэл түгээж, амьдрах ухааны чадвар олгох замаар нийгмийн болон жендэрийн асуудал бэрхшээлийг багасгах
- Ядуу болон нэн ядуу гэр бүлүүд, ялангуяа хүүхэд эмэгтэйчүүдийг чадавхижуулж, мэдлэг мэдээлэлд суурилж амьдралын чухал шийдвэр гаргах, орон нутаг, ажлын байрандаа өөрсдийн дуу хоолой, санал бодлоо илэрхийлж сурахад нь туслах зорилготой.

#### 5. Агуулга

Сургалтын багц нь 11 модуль, 32 сэдэв, 91 дасгалаас бүрдэнэ. 11 модуль нь:

Модуль 1 Өөрийгөө таньж мэдэх ба өөрийгөө тодорхойлох нь	Модуль 6 Бэлгийн боловсрол
Модуль 2 Бидний эрх	Модуль 7 Эрүүл аж төрөх
Модуль 3 Гэр бүл, нийгэм дэх тэгш байдал	Модуль 8 Хүчирхийлэл болон мансууруулах бодисын хэрэглээнээс урьдчилан сэргийлэх
Модуль 4 Гэр бүл дэх ажил үүрэг, нөөц боломж	Модуль 9 Мөнгөний ухаалаг хэрэглээ
Модуль 5 Асуудлыг шийдвэрлэх болон нийгмийн ур чадварууд	Модуль 10 Ухаалаг шилжин суурьшигч, ухаалаг ажил хайгч
	Модуль 11 Ухаалаг ажилтан

## СУРГАЛТЫН ХЭРЭГЛЭГДЭХҮҮН 2

### Загвар

#### Бүртгэлийн хуудас 1

##### “Амьдрах ухааны сургалт”-ын Сургагч багшаар нэр дэвшигчийн товч мэдээлэл

1. Нэр:.....
2. Хаяг, холбоо барих мэдээлэл: .....  
.....  
Утасны дугаар: ..... Имэйл .....
3. Хүйс  Эр  Эм  Бусад
4. Нас .....
5. Байгууллагын нэр: .....
6. Албан тушаал: .....
7. Төслийн нэр: .....
8. Зорилтот бүлгээ танилцуулна уу (хүйс, нас, орлого, үйл ажиллагаа)  
.....
9. Зорилтот бүлэгтээ ямар дэмжлэг эсвэл үйлчилгээ үзүүлдэг вэ?  
.....
10. Сургагч багшаар хэдэн жил ажилласан бэ?  
 1 жилээс бага  
 1-5 жил  
 5 жилээс илүү
11. Хүүхэд, залуучууд, гэр бүлтэй ажиллах болон хүүхдийн хөдөлмөр, албадан хөдөлмөр, залуучуудын хөдөлмөр эрхлэлт эсвэл хүн худаалдаалахын эсрэг талбарт хэдэн жил ажилласан бэ?  
 1 жилээс бага  
 1-5 жил  
 5 жилээс илүү
12. Жендэрийн тэгш байдлыг дэмжих ажлыг хэдэн жил хийсэн бэ?  
 1 жилээс бага  
 1-5 жил  
 5 жилээс илүү
13. Сургалтын энэхүү хөтөлбөрөөс ямар хүлээлттэй байгаа вэ?  
.....
14. Танд өөр санал хүсэлт байна уу?  
.....

**СУРГАЛТЫН ХЭРЭГЛЭГДЭХҮҮН 3****Загвар****Бүртгэлийн хуудас 2****“Амьдрах ухааны сургалт”-д оролцогчийн товч мэдээлэл**

1. Нэр:.....
2. Хаяг, холбоо барих мэдээлэл: .....
- .....
- Утасны дугаар: ..... Имэйл .....
3. Хүйс  Эр  Эм  Бусад
4. Нас .....
5. Та одоо суралцдаг уу?  Тийм  Үгүй
- Хэрэв тийм бол ямар сургалтад хамрагддаг вэ? .....
- Хэрэв тийм бол аль түвшинд? .....
6. Таны чадвар:
 

Унших	<input type="checkbox"/> Үгүй	<input type="checkbox"/> Тийм, бага зэрэг	<input type="checkbox"/> Тийм
Бичих	<input type="checkbox"/> Үгүй	<input type="checkbox"/> Тийм, бага зэрэг	<input type="checkbox"/> Тийм
Нэмж хасах	<input type="checkbox"/> Үгүй	<input type="checkbox"/> Тийм, бага зэрэг	<input type="checkbox"/> Тийм
7. Та ажилладаг уу?  Тийм  Үгүй
- Хэрэв тийм бол хаана юу хийдэг вэ? .....
- Өдөрт дунджаар хэдэн цаг ажилладаг вэ? .....
- Долоо хоногт дунджаар хэдэн өдөр ажилладаг вэ? .....
8. Танай байгууллагын нэр: .....
9. Өмнө нь та хүүхэд залуучууд, гэр бүлийн асуудал, хүүхдийн хөдөлмөр, хүүхэд эмэгтэйчүүдийг худалдаалахын эсрэг сургалтад оролцож байсан уу?
 

<input type="checkbox"/> Тийм	<input type="checkbox"/> Үгүй
-------------------------------	-------------------------------

 Хэрэв тийм бол хэзээ?..... Хаана? .....
- Хэдий хугацаанд үргэлжилсэн? .....
- Хэн зохион байгуулсан? .....
10. Сургалтын энэхүү хөтөлбөрөөс та ямар хүлээлттэй байгаа вэ?
 

.....

.....
11. Танд өөр санал хүсэлт байна уу?
 

.....

.....

.....



## СУРГАЛТЫН ХЭРЭГЛЭГДЭХҮҮН 4

### Зохион байгуулагчийн хяналтын хуудас: Сургалтаа төлөвлөх

Сургалт зохион байгуулагчид хяналтын дараах хуудсыг ашиглан сургалтаа төлөвлөж болно.

№	Сургалт төлөвлөх зорилтууд	Тийм	Үгүй
1	Сургалтын хэрэгцээний үнэлгээ хийсэн эсэх		
2	Шийдэх ёстой асуудлуудыг ойлгосон эсэх, эдгээр асуудлыг энэхүү сургалтаар шийдвэрлэж чадах эсэхэд итгэлтэй байгаа эсэх		
3	Сургалтын хэрэгцээг эрэмбэлсэн эсэх? Энэ нь ойлгомжтой эсэх? Эдгээр хэрэгцээ нь сургалтын явцад тусгагдсан эсэх		
4	Сургалтын стратеги тодорхой эсэх: Ямар хөтөлбөрийг хэрхэн зохион байгуулж, хэрхэн хэрэгжүүлэхээ мэдэж байгаа эсэх		
5	Сургалтын зорилго надад тодорхой эсэх		
6	Сургалтаас хамгийн их үр дүн хүртэх оролцогчид болон/эсвэл сургалтын явцад олж авсан мэдлэг чадвараа хуваалцах нөөц чадвартай оролцогчдоо тодорхойлсон эсэх		
7	Ижил төрлийн сургалт явуулдаг бусад баг эсвэл байгууллагатай холбогдож, хамтран ажиллах боломжийг судалсан эсэх		
8	Сургагч багш нарын баг байгаа эсэх		
9	Сургалтад орчуулагч хэрэгтэй эсэх		
10	Сургалтад шаардагдах материал, нөөц бэлэн эсэх		
11	Сургагч багш нар болон оролцогчидтой сургалт явуулах газар болон хугацааны талаар ярилцсан эсэх		
12	Сургагч багшид зориулсан сургалтын хөтөлбөр байгаа эсэх		
13	Оролцогч баг, байгууллагуудад урилга болон бүртгэлийн хуудас илгээсэн эсэх		
14	Оролцогчид болон оролцогч байгууллагуудаас бүртгэлийн хуудас, оролцох талаар баталгаажилт авсан эсэх		
15	Сургагч багш нартай сургалтын логикийн талаар санал солилцсон эсэх, тухайлбал: <ul style="list-style-type: none"> <li>Оролцогчдын жагсаалтыг эцэслэж, холбоо барих мэдээлэл болон оролцогчдын нас, хүйс, боловсрол, эрхэлдэг ажил, ажилласан жил зэрэг шаардлагатай бүх мэдээлэл байгаа эсэх</li> <li>Сургалтын хэрэглэгдэхүүн, тараах материалыг бэлтгэх</li> <li>Сургалт зохион байгуулах газрыг нягталж баталгаажуулах</li> <li>Оролцогчдын унаа, байрны асуудлыг шийдвэрлэх</li> <li>Сургалтад зориулсан унд, хүнсийг зохицуулах</li> <li>Оролцогчдын томилолтын зардлыг шийдэх</li> <li>Шаардлагатай бол орчуулагчтай тохиролцох</li> <li>Сургалтын үнэлгээ, тайлагналтыг төлөвлөх</li> </ul>		

## СУРГАЛТЫН ХЭРЭГЛЭГДЭХҮҮН 5

### Сургагч багш нарт зориулсан амьдрах ухааны сургалтын хөтөлбөрийн загвар

**Сургалтын зорилго:** Сургагч багш нарыг сургалтын агуулга болон сургалтын арга зүйтэй танилцуулах, хүүхдийн хөдөлмөр, албадан хөдөлмөр эрхлэлт, эрсдэлтэй шилжин суурьшилт, хөдөлмөрлөх эрх болон хүний эрх зөрчигдөх эрсдэлтэй орон нутгийн хүүхэд залуучууд, тэдний гэр бүл, олон нийтэд сургалтын үзэл санааг үр дүнтэй хүргэх чадварыг олгох

Хугацаа	Өдөр 1	Өдөр 2	Өдөр 3	Өдөр 4	Өдөр 5
08:30 - 10:00 цаг	Нээлтийн ажиллагаа Танилцах дасгал 1.1: Оролцогчдыг болон сургалтын хөтөлбөрийг танилцуулах	Өмнөх өдрийн хичээлийг дүгнэх Сэдэв 3.3 Гэр бүлээ аз жаргалтай байлгах нь Дасгал 3.3.1 Гэр бүлийн аз жаргалыг сонгох нь	Өмнөх өдрийн хичээлийг дүгнэх Сэдэв 7.1 Гэр бүл төлөвлөлт Дасгал 7.1.1 "Нөхөн үржихүйн эрүүл мэнд" дөрвөл тоглоом ЭСВЭЛ Сэдэв 6.3 Аюулгүй бэлгийн харилцаа Дасгал 6.3.2 Жирэмслэхээс хамгаалах аргууд	Өмнөх өдрийн хичээлийг дүгнэх, сургалтын бэлтгэл 1-р багийн сургалт Дүгнэлт болон тайлбар	Өмнөх өдрийн хичээлийг дүгнэх, 5-р багийн сургалт Дүгнэлт болон тайлбар
10:30 - 12:00 цаг	Танилцах дасгал 2: Хүлээлтийг хувь нэмэртэй уялдуулах нь: Сургалтын багцын танилцуулга 1 Сургалтын багцын тухай 2 Бүтэц ба агуулга 3 Сургалтын дүрмийг тогтоох	Сэдэв 2.1 Хүн бүр эрхтэй Дасгал 2.1.1 Хүний эрх гэж юу вэ? ЭСВЭЛ Сэдэв 2.2 Хүүхдийн эрх Дасгал 2.2.1 Недад эрх бий – Сандалтай бүжиг	Өглөөний завсарлага 10:00 – 10:30 цаг Сэдэв 10.1 Ухаалаг шилжин суурьшигч Дасгал 10.1.1 Та шилжин суурьшихад бэлэн үү? Дасгал 10.1.2 "Могой ба шаг" тоглоом ЭСВЭЛ Дасгал 10.1.3 Хүн худалдаалах гэмт хэргийн аюул	2-р багийн сургалт Дүгнэлт болон тайлбар	6-р багийн сургалт Дүгнэлт болон тайлбар
13:30 - 15:00 цаг	Сургагч багшийн гарын авлага • Сургалтын интерактив аргууд • Хэрхэн амжилттай сургагч багш болох вэ? • Зорилгот бүлэгтэй ажиллах • Сургалтыг хэрхэн төлөвлөж зохион байгуулах вэ?	Сэдэв 4.1 Гэр бүлд хэн юу хийдэг вэ, хэний үг илүү хүчтэй вэ? Дасгал 4.1.1 Миний 24 цаг ЭСВЭЛ Сэдэв 4.2 Хүүхдийн хөдөлмөр гэж юу вэ? Дасгал 4.2.1 Ажил хийж байгаа хүүхдүүд: Ямар ажлыг хүүхэд хийж болох, харин ямар ажлыг хүүхдээр хийлгэж болохгүй вэ?	Өдрийн хоол 12:00 – 13:30 цаг Сэдэв 11.2 Хөдөлмөрлөх эрх Дасгал 11.2.1 Хөдөлмөрийн хүрээний суурь зарчим, эрх ЭСВЭЛ Сэдэв 11.3 Хөдөлмөрийн эрүүл мэнд Дасгал 11.3.2 Хөдөлмөрийн аюулгүй байдал, эрүүл ахуй Дасгалуудын аргачлал, агуулгын талаар эргэцүүлэх	3-р багийн сургалт Дүгнэлт болон тайлбар	Эргэцүүлэл Хаалтын дасгал 1: Ажлын төлөвлөгөө Оролцогчид өөрсдийн орон нутаг/байгууллагад зориулж ажлын төлөвлөгөө, сургалтын хөтөлбөр боловсруулна
15:30 - 17:00 цаг	Сэдэв 1.1 Би хэн бэ? Дасгал 1.1.1 Ханан дээрх толь минь Сэдэв 3.1 Хүү, охин байхын ялгаа нь юу вэ? Дасгал 3.1.1 Эрэгтэй, эмэгтэй хүүхдийн онцлог	Сэдэв 6.2 Хайр сэтгэл ба гэрлэлт Дасгал 6.2.3 Харилцаагаа зохицуулах нь ЭСВЭЛ Сэдэв 5.4 Нийгмийн болон харилцааны ур чадварууд Дасгал 5.4.3 Цахим орчин, нийгмийн сүлжээний зохистой хэрэглээ ЭСВЭЛ Сэдэв 8.1 Хүчирхийлэлд хэрхэн "Үгүй" гэж хэлэх вэ. Дасгал 8.1.1 Гэр бүлийн хүчирхийлэл	Удийн завсарлага 15:00 – 15:30 цаг Багийн ажил: дадлага ажилд бэлтгэх • Оролцогчдыг 4-6 хүнтэй багуудад хуваана (дээд тал нь 6 баг байх) • Баг бүр сургалтын багцаас нэг дасгал сонгож, дадлага хийнэ	4-р багийн сургалт Дүгнэлт болон тайлбар	Ажлын төлөвлөгөөгөө танилцуулах Хаалтын дасгал 2: Үнэлгээ Хаалтын ажиллагаа

## СУРГАЛТЫН ХЭРЭГЛЭГДЭХҮҮН 6

### Хүүхэд залуучуудад зориулсан амьдрах ухааны сургалтын хөтөлбөрийн загвар

**Сургалтын зорилго:** Дараах сэдвийг заах мэдлэг, чадвар, арга стратегийг сайжруулах (сургалтын хөтөлбөр нь эрчимжүүлсэн эсвэл цуврал сургалтын хэлбэртэй байж болно; зорилтот бүлгийн онцлогийг харгалзаж сэдэв тус бүрийн дасгалуудыг өөрчилж эсвэл шинээр дасгал нэмж болно)

Хугацаа	Өдөр 1	Өдөр 2	Өдөр 3	Өдөр 4	Өдөр 5
Сэдэв 08:30 - 10:00 цаг	ӨӨРИЙГӨВ ТАНЬЖ МЭДЭХ, ЖЕНДЭРИЙН ТУХАИ МЭДЛЭГ  Нээлтийн ажиллагаа  Танилцуулах Дасгал 1.2: Оролцогчдыг болон сургалтын хөтөлбөрийг танилцуулах	ЭРХ БОЛОН ҮҮРЭГ ХАРИУЦЛАГА  Сэдэв 2.2 Хүүхдийн эрх Дасгал 2.2.1 Надад эрх бий – Сандалтай бүжиг (хүүхдүүдэд) Сэдэв 2.1 Хүн бүр эрхтэй Дасгал 2.1.1 Хүний эрх гэж юу вэ (залуучуудад)	АСУУДАЛ ШИЙДВЭРЛЭХ БОЛОН НИЙГМИЙН УР ЧАДВАРУУД  Сэдэв 5.1 Асуудлыг шийдвэрлэх Дасгал 5.1.1 Нүх гаргах Дасгал 5.1.2 Цэг холбох ЭСВЭЛ Дасгал 5.1.3 Таавар таах	БЭЛГИЙН БОЛОВСРОЛ, ЭРҮҮЛ МЭНД  Сэдэв 6.1 Өөрчлөлтүүд ба бэлгийн харилцаа Дасгал 6.1.1 Биеийн зураглал ЭСВЭЛ Дасгал 6.1.3 Би хэвийн үү?	АМЬДРАЛЫН ЗОРИЛГО/ ХӨДӨЛМӨРЛӨХ ЭРХ  Сэдэв 1.3 Надад мөрөөдөл бий Дасгал 1.3.1 Мөрөөдөл ба аз жаргалын дэлгүүр ЭСВЭЛ Дасгал 1.3.2 Амжилтад хүрэх зам (хүүхэд, залуучуудад)
10:30 – 12:00 цаг	Танилцуулах Дасгал 2: Хүлээлтийг хувь нэмэртэй уялдуулах Сургалтын дүрмийг тогтоох Сэдэв 1.1 Би хэн бэ? Дасгал 1.1.1 Ханан дээрх толь минь ЭСВЭЛ Дасгал 1.1.2 Би өөрийгөө ямар амьтантай зүйрлэх вэ?	Сэдэв 2.2 Хүүхдийн эрх Дасгал 2.2.2 Би өөрөө шийдвэрлэж чадна ЭСВЭЛ Сэдэв 4.1 Гэр бүлд хэн юу хийдэг вэ, хэний үг илүү хүчтэй вэ? Дасгал 4.1.1 Миний 24 цаг	Сэдэв 5.3 Найз нөхөдтэй болж Дасгал 5.3.1 Найзаа сонгох нь ЭСВЭЛ Сэдэв 5.4 Нийгмийн болон харилцааны үр чадварууд Дасгал 5.4.1 Миний итгэл даах хүн (хүүхдүүдэд) ЭСВЭЛ Дасгал 5.4.3 Цахим орчин, нийгмийн сүлжээний зохистой хэрэглээ	Сэдэв 6.2 Хайр сэтгэл ба гэрлэлт Дасгал 6.2.1 Тойруу яриа ЭСВЭЛ Сэдэв 6.3 Аюулгүй бэлгийн харилцаа Дасгал 6.3.1 Эрсдэлтэй бэлгийн зан үйл	Сэдэв 9.1 Мөнгөө зарцуулах нь Дасгал 9.1.1 Ухаалаг худалдан авагч ЭСВЭЛ Сэдэв 10.1 Ухаалаг шилжин суурьшигч Дасгал 10.1.1 Та шилжин суурьшигч бэлэн үү? ЭСВЭЛ Сэдэв 10.2 Ухаалаг ажил хайгч Дасгал 10.2.1 Миний мөрөөдлийн ажил ЭСВЭЛ Дасгал 10.2.2 Хөдөлмөрийн зах зээл
13:30 – 15:00 цаг	Сэдэв 1.2 Миний гэр бүл ба миний орон нутаг Дасгал 1.2.1 Манай гэр бүлийн мод Дасгал 1.2.2 Манай орон нутгийн зураглал ЭСВЭЛ Дасгал 1.2.3 Бидний амьдралын түүх	Сэдэв 3.3 Гэр бүлээ аз жаргалтай байлгах нь Дасгал 3.3.1 Гэр бүлийн аз жаргалыг сонгох нь БОЛОН/ЭСВЭЛ Дасгал 3.3.2 Гэр бүлийн зөрчлийг шийдвэрлэх нь	Өдрийн хоол 12:00 – 13:30 цаг  Сэдэв 5.4 Нийгмийн болон харилцааны үр чадварууд Дасгал 5.4.2 Тайван байдлаа хэрхэн хадгалах вэ ЭСВЭЛ Сэдэв 8.1 Хүчирхийлэлд хэрхэн “Үгүй” гэж хэлэх вэ Дасгал 8.1.1 Бэлгийн дарамт болон дээрлэхэлтийн хэлбэрүүд	Сэдэв 6.4 Өсвөр насны охидын жирэмслэлт Дасгал 6.4.1 Жирэмслэхээс хамгаалах аргуудын талаар зөвшилцөх ЭСВЭЛ Дасгал 6.4.2 Миний амьдрал ба хүүхэд ЭСВЭЛ Дасгал 6.4.3 Өсвөр насандаа ээж аав болох нь	Сэдэв 10.1 Ухаалаг шилжин суурьшигч Дасгал 10.1.2 “Могой ба шат” тоглоом ЭСВЭЛ Дасгал 10.1.3 Хүн худалдаалах гэмт хэргийн аюул ЭСВЭЛ Сэдэв 11.1 Үүрэг хариуцлага Дасгал 11.1.1 Сайн ажилтан сонгох нь

Үдийн завсарлага 15:00 – 15:30 цаг	
15:30 – 17:00 цаг	<p>Сэдэв 3.1 Хүү охин байхын ялгаа нь юу вэ? Дасгал 3.1.1 Эрэгтэй, эмэгтэй хүүхдийн онцлог ЭСВЭЛ Сэдэв 3.2 Жендэрийн үргийн талаарх үнэт зүйл ба хандлага Дасгал 3.2.1 Хэрэв би ... байсан бол</p> <p>Сэдэв 4.1 Гэр бүлд хэн юу хийдэг вэ, хэний үг илүү хүчтэй вэ Дасгал 4.1.2 Хоёр гэр бүлийн түүх ЭСВЭЛ Сэдэв 4.2 Хүүхдийн хөдөлмөр гэж юу вэ? Дасгал 4.2.1 Ажил хийж байгаа хүүхдүүд: Ямар ажлыг хүүхэд хийж болох, харин ямар ажлыг хүүхдээр хийлгэж болохгүй вэ?</p> <p>Сэдэв 5.2 Багаар ажиллах ур чадвар Дасгал 5.2.1 Эрдэнэсийн эрэлд (хүүхдүүдэд) Сэдэв 8.2 Согтууруулах ундаа болон мансууруулах бодисод хэрхэн “үгүй” гэж хэлэх вэ? Дасгал 8.2.2 Согтууруулах ундаа, мансууруулах бодисын хэрэглээний талаар шийдвэр гаргах нь</p> <p>Сэдэв 7.1 Гэр бүл төлөвлөлт Дасгал 7.1.1 “Нөхөн уржихгүйн эрүүл мэнд” дөрвөл тоглоом ЭСВЭЛ Сэдэв 7.3 БЗДХ, ХДХВ, ДОХ гэж юу вэ? Дасгал 7.3.2 БЗДХ, ХДХВ-ын талаарх ташаа ойлголт болон бодит баримт</p> <p>Эргэцүүлэл &amp; Хаалтын дасгал 1: Үйл ажиллагааны төлөвлөгөө Хаалтын дасгал 2: Үнэлгээ Хаалтын ажиллагаа</p>

## СУРГАЛТЫН ХЭРЭГЛЭГДЭХҮҮН 7

### Эцэг эхчүүдэд зориулсан амьдрах ухааны сургалтын хөтөлбөрийн загвар

**Сургалтын зорилго:** Дараах сэдвийг заах мэдлэг, чадвар, арга стратегийг сайжруулах (сургалтын хөтөлбөр нь эрчимжүүлсэн эсвэл цуврал сургалтын хэлбэртэй байж болно; зорилтот бүлгийн онцлогийг харгалзаж сэдэв тус бүрийн дасгалуудыг өөрчилж эсвэл шинээр дасгал нэмж болно)

Хугацаа	Өдөр 1	Өдөр 2	Өдөр 3	Өдөр 4	Өдөр 5
Сэдэв	ӨӨРИЙГӨӨ ТАНЬЖ МЭДЭХ, ЖЕНДЭРИЙН ТУХАЙ МЭДЛЭГ	ГЭР БҮЛ, ЭРХ БА ҮҮРЭГ ХАРИУЦЛАГА	ОРОН НУТАГ, ХӨДӨЛМӨРЛӨХ ЭРХ	ГЭР БҮЛ БА ЭРҮҮЛ МЭНД	АМЬДРАЛЫН ЗОРИЛГО БОЛОН МӨНГӨНИЙ УХААЛАГ ХЭРЭГЛЭЭ
08:30 -10:00 цаг	Нээлтийн ажиллагаа Танилцуулах дасгал 1.2: Оролцогчдыг болон сургалтын хөтөлбөрийг танилцуулах	Сэдэв 3.3 Гэр бүлээ аз жаргалтай байлгах нь Дасгал 3.3.1 Гэр бүлийн аз жаргалыг сонгох нь БОЛОН/ЭСВЭЛ Дасгал 3.3.2 Гэр бүлийн зөрчлийг шийдвэрлэх нь	Сэдэв 1.2 Миний гэр бүл ба миний орон нутаг Дасгал 1.2.4 Орон нутгийн дүн шинжилгээ ЭСВЭЛ Сэдэв 2.3 Эвлэлдэн нэгдэх миний, бидний эрх Дасгал 2.3.1 Олуулаа хэлэлцвэл буруугүй	Сэдэв 6.2 Хайр сэтгэл ба гэрлэлт Дасгал 6.2.3 Харилцаагаа зохицуулах нь ЭСВЭЛ Сэдэв 6.3 Аюулгүй бэлгийн харилцаа Дасгал 6.3.2 Жирэмслэхээс хамгаалах аргууд	Дасгал 1.3.1 Мөрөөдөл ба аз жаргалын дэлгүүр ЭСВЭЛ Дасгал 1.3.2 Амжилтад хүрэх зам
10:30 – 12:00 цаг	Танилцуулах дасгал 2: хүлээлтийг хувь нэмэртэй уялдуулах нь Сэдэв 1.1 Би хэн бэ? Дасгал 1.1.1 Ханан дээрх толь минь ЭСВЭЛ Дасгал 1.1.2 Би өөрийгөө ямар амьтантай зүйрлэх вэ?	Сэдэв 4.1 Гэр бүлд хэн юу хийдэг вэ, хэний үг илүү хүчтэй вэ? Дасгал 4.1.1 Миний 24 цаг ЭСВЭЛ Дасгал 4.1.2 Хоёр гэр бүлийн түүх	Сэдэв 4.2 Хүүхдийн хөдөлмөр гэж юу вэ? Дасгал 4.2.2 Хүүхдийн хөдөлмөрийн тэвчишгүй хэлбэрүүд ЭСВЭЛ Сэдэв 8.1 Хүчирхийлэлд хэрхэн “Үгүй” гэж хэлэх вэ Дасгал 8.1.1 Бэлгийн дарамт болон дээрэлхэлтийн хэлбэрүүд ЭСВЭЛ Дасгал 8.1.3 Ажлын байран дахь дарамт болон хүчирхийлэл	Сэдэв 7.1 Гэр бүл төлөвлөлт Дасгал 7.1.1 “Нөхөн үржихүйн эрүүл мэнд” дөрвөл тоглоом ЭСВЭЛ Дасгал 7.1.2 Би гэр бүлээ төлөвлөдөг ЭСВЭЛ Сэдэв 7.2 Хэрхэн эрүүл хүүхэд төрүүлэх вэ Дасгал 7.2.1 Эрүүл жирэмслэлт	Сэдэв 9.2 Амьдралын зорилгодоо хүрэхийн тулд төсөв гаргах Дасгал 9.2.1 Амьдралын зорилгоо тодорхойлж, гэр бүлийн шийдвэр гаргах нь ЭСВЭЛ Сэдэв 9.3 Хадгаламж болон өр төлбөрийг ухаалгаар зохицуулах Дасгал 9.3.2 Өрөнд орох
	Өглөөний завсарлага 10:00 – 10:30 цаг				

Өдрийн хоол 12:00 – 13:30 цаг	
13:30 – 15:00 цаг	<p>Сэдэв 1.2 Миний гэр бул ба миний орон нутаг Дасгал 1.2.1 Манай гэр бүлийн мод ЭСВЭЛ/БА Дасгал 1.2.2 Манай орон нутгийн зураглал ЭСВЭЛ Дасгал 1.2.3 Бидний амьдралын түүх</p> <p>Сэдэв 4.2 Хүүхдийн хөдөлмөр гэж юу вэ? Дасгал 4.2.1 Ажил хийж буй хүүхдүүд: Ямар ажлыг хүүхэд хийж болох, харин ямар ажлыг хүүхдээр хийлгэж болохгүй вэ? ЭСВЭЛ Сэдэв 2.1 Хүн бүр эрхтэй ЭСВЭЛ Дасгал 2.1.2 Би юу хийх ёстой вэ?</p> <p>Сэдэв 8.1 Хүчирхийлэлд хэрхэн хэрхэн “Үгүй” гэж хэлэх вэ Дасгал 8.1.1 Гэр бүлийн хүчирхийлэл БОЛОН/ЭСВЭЛ Дасгал 8.1.5 Бэлгийн хүчирхийлэлд хэрхэн “Үгүй” гэж хэлэх вэ</p> <p>Сэдэв 10.1 Ухаалаг шилжин суурьшигч Дасгал 10.1.1 Та шилжин суурьшихад бэлэн үү? ЭСВЭЛ Дасгал 10.1.2 “Могой ба шат” тоглоом Дасгал 10.1.3 Хүн худалдаалах гэмт хэргийн аюул</p>
Үдийн завсарлага 15:00 – 15:30 цаг	
15:30 – 17:00 цаг	<p>Сэдэв 11.2 Хөдөлмөрлөх эрх Дасгал 11.2.1 Хөдөлмөрийн хүрээний суурь зарчим, эрх ЭСВЭЛ Сэдэв 11.3 Хөдөлмөрийн эрүүл мэнд Дасгал 11.3.2 Хөдөлмөрийн аюулгүй байдал, эрүүл ахуй</p> <p>Сэдэв 3.2 Жендэрийн үүргийн талаарх үнэт зүйл ба хандлага Дасгал 3.2.2 Цагийн хүрд</p> <p>Сэдэв 11.1 Үүрэг хариуцлага Дасгал 11.1.2 Ажил болон гэр бүлийнхээ өмнө хүлээх үүрэг хариуцлага</p> <p>Сэдэв 8.2 Сogтгууруулах ундаа болон мансууруулах бодисод хэрхэн “Үгүй” гэж хэлэх вэ? Дасгал 8.2.2 Сogтгууруулах ундаа, мансууруулах бодисын хэрэглээний талаар шийдвэр гаргах нь ЭСВЭЛ Сэдэв 7.3 БЗДХ, ХДХВ, ДОХ гэж юу вэ? Дасгал 7.3.2 БЗДХ, ХДХВ-ын талаарх ташаа ойлголт болон бодит баримт</p> <p>Эргэцүүлэл &amp; Хаалтын дасгал 1: Үйл ажиллагааны төлөвлөгөө Хаалтын дасгал 2: Үнэлгээ Хаалтын ажиллагаа</p>

## СУРГАЛТЫН ХЭРЭГЛЭГДЭХҮҮН 8

### Оролцоонд суурилсан сургалтын цикл\*



\* Эх сурвалж: International CEFE Manual by GTZ (1998).

**СУРГАЛТЫН ХЭРЭГЛЭГДЭХҮҮН 9****Сургалтын дараах ажлын төлөвлөгөө**

Нэр: \_\_\_\_\_

Байгууллага: \_\_\_\_\_

Огноо: \_\_\_\_\_

Зорилго	Зорилтот бүлэг	Үр дүн/ үйл ажиллагаа	Хэн хийх	Хугацаа	Орц	
					Бэлэн байгаа	Шаардагдах



## СУРГАЛТЫН ХЭРЭГЛЭГДЭХҮҮН 10


### Загвар

#### Сургалтын өдөр тутмын үнэлгээний хуудас

Огноо: .....

Байршил: .....

1. Өнөөдрийн сургалтыг ерөнхийд нь хэрхэн үнэлж байна вэ? (Харгалзах нүдэнд ✓ тэмдэг тавина уу)

Онц

Сайн

Дунд

Тааруухан

Маш муу

2. Цаг хугацаа, сургагч багшийн чадвар, сургалтын агуулга, арга барилын талаар тодорхой саналаа хэлнэ үү.

а) Өнөөдөр юу хамгийн их таалагдсан бэ?

.....  
.....  
.....

б) Өнөөдөр юу таалагдаагүй вэ?

.....  
.....  
.....

в) Ямар нэгэн зүйлийг ойлгож чадаагүй өнгөрсөн үү? Тийм бол бичнэ үү.

.....  
.....  
.....

г) Дараагийн сургалтыг илүү сайжруулахын тулд юуг анхаарах хэрэгтэй вэ?

.....  
.....  
.....

**СУРГАЛТЫН ХЭРЭГЛЭГДЭХҮҮН 11****Загвар****“Амьдрах ухааны сургалт”-ын төгсгөлийн үнэлгээний хуудас****Дараах асуултуудад хариулна уу.**

1. Сургалтыг ерөнхийд нь хэрхэн үнэлж байна вэ? (Харгалзах нүдэнд ✓ тэмдэг тавина уу)

😊😊	😊	😐	😞	😞😞
Онц	Сайн	Дунд	Тааруухан	Маш муу

2. Өөрт тань хамгийн хэрэгтэй санагдсан 3 сэдвийг нэрлэнэ үү?

.....

.....

3. Өөрт тань хэрэгцээгүй санагдсан 3 сэдвийг нэрлэнэ үү ?

.....

.....

4. Энэхүү сургалтад өөр ямар сэдэв нэмээсэй гэж та хүсэж байна вэ? .....

.....

.....

5. Сургалтын хугацаа танд ямар санагдсан бэ?

- Хэт урт
- Хэт богино
- Яг таарсан

6. Энэ сургалтад хэрэглэсэн ямар аргууд хамгийн их таалагдсан бэ (тухайлбал, сургагч багш нарын бэлдсэн презентэйшн, тараах материал, тоглоом, жүжигчилсэн тоглолт, багийн ажил г.м.)?

.....

.....

.....

7. Энэ сургалтад хэрэглэсэн ямар аргууд таалагдаагүй вэ? .....

.....

.....

8. Сургагч багшийн үйл ажиллагааг та хэрхэн үнэлэх вэ?

😊😊	😊	😐	😞	😞😞
Онц	Сайн	Дундаж	Тааруухан	Маш муу

Тайлбар: .....

.....

.....

9. Энэ сургалтын ерөнхий зохион байгуулалтыг хэрхэн үнэлж байна вэ (тухайлбал, орчин нөхцөл, цайны завсарлага, орчуулга, логистикийн болон удирдлагын дэмжлэг г.м.)?

😊😊	😊	😐	😞	😞😞
Онц	Сайн	Дундаж	Тааруухан	Маш муу

Тайлбар: .....

.....

.....

10. Хүүхдийн хөдөлмөр, эмэгтэйчүүд, хүүхдүүдийг худалдаалах гэмт хэргийн эсрэг ямар нэгэн арга хэмжээ авахад сургалтаар эзэмшсэн мэдлэг чадвараа хэрэглэх бэлтгэлтэй болж чадсан гэж бодож байна уу?

Тийм       Үгүй

11. Та өөрийн зорилтот бүлгийн онцлогт тохируулан энэхүү сургалтыг хэрхэн өөрчлөхийг хүсэж байна вэ?

.....

.....

.....

12. Таны зүгээс дэвшүүлэх өөр санал:

.....

.....

.....

## СУРГАЛТЫН ХЭРЭГЛЭГДЭХҮҮН 12

### Загвар

#### Сургалтын тайлангийн агуулгын загвар

Сургалтын тайлангийн агуулга нь дараах зүйлийг агуулна:

#### Гарчиг

(Гарчиг, сургалт явагдсан газар болон хугацаа, тайлан бичсэн хүмүүс, огноо)

#### Агуулгын хүснэгт

(хуудасны дугаар бүхий)

#### Сургалтын үр дүнгийн товч

(Сэдэв, зорилт, өдөр бүрээр дэд гарчиг бүхий)

#### Дүгнэлт болон зөвлөмж

(үндсэн санаа, гол үр дүн, сургамж, оролцогчдын болон сургагч багш нарын үнэлгээ, дараагийн шатны зөвлөмж)

#### Хавсралт:

1. Сургалтын хөтөлбөр
2. Сургалтад оролцогчдын нэрсийн жагсаалт
3. Сургалтад хэрэглэсэн сургалтын хэрэглэгдэхүүн, тараах материалын жагсаалт
4. Оролцогчдын багийн ажлын үр дүн, ажлын төлөвлөгөө г.м.
5. Оролцогчдын үнэлгээний үр дүн буюу эргэх холбоо
6. Сургалтын агуулга болон явцын талаарх сургагч багш нарын үнэлгээ
7. Сургалтын үеэр авсан зураг, аудио болон видео бичлэг

## СУРГАЛТЫН ХЭРЭГЛЭГДЭХҮҮН 13

### Загвар

#### Семинарын хичээлийн зураглал

Өдөр, цаг	Хичээл /Сэдэв	Дасгал/ Даалгавар	Суудал зохион байгуулалт	Сургалтын хэрэглэгдэхүүн	Үүрэг хариуцлага

**СУРГАЛТЫН ХЭРЭГЛЭГДЭХҮҮН 14****Сургагч багшид зориулсан хяналтын хуудас: Сургалтын бэлтгэл**

Сургагч багш нар сургалтад бэлтгэхдээ дараах хяналтын хуудсыг ашиглаж болно.

№	Сургалтад зориулж сургагч багшийн хийх бэлтгэл	Тийм	Үгүй
1	Сургалтын зорилго надад тодорхой эсэх		
2	Оролцогчдын талаар дараах мэдээлэл байгаа эсэх <ul style="list-style-type: none"> <li>• Нийт тоо</li> <li>• Насны ангилал</li> <li>• Эрэгтэй, эмэгтэй оролцогчдын тоо</li> <li>• Боловсрол, ажил эрхлэлтийн байдал болон бусад мэдээлэл</li> </ul>		
3	Оролцогчдын дунд тусгай хэрэгцээт хүн бий эсэх (хөгжлийн бэрхшээлтэй, үндэсний цөөнхөд харьяалагддаг хүмүүс, жендэрийн, эсвэл соёлын онцлогтой холбоотой анхаарах асуудлууд байгаа эсэх), тэдний хэрэгцээг харгалзсан эсэх		
4	Зохион байгуулагч нараас сургалт болох газар, хугацааг тодруулсан эсэх		
5	Сургалтын хөтөлбөр, төлөвлөгөө эцэслэгдсэн эсэх		
6	Хамтран ажиллах сургагч багш нартай сургалтын агуулга, хөтөлбөр, арга болон сургалтын бэлтгэл, зохион байгуулалттай холбоотой ажлын хуваарилалтын талаар ярилцаж, тохирсон эсэх		
7	Оролцогчдын онцлогт тохирсон оролцоонд суурилсан аргуудыг хөтөлбөртөө төлөвлөсөн эсэх		
8	Сургалтын төлөвлөгөө болон сургалтын хэрэглэгдэхүүнээ боловсруулсан эсэх эсвэл оролцогчдын онцлогт тохируулж өөрчлөлт хийсэн эсэх		
9	Сэдэв тус бүрийн үндсэн санааг (оролцогчдын эзэмших ёстой мэдлэг) тодорхой ойлгосон эсэх		
10	Сургалтын хэрэглэгдэхүүн болон сургалтын материалууд оролцогчдын сурах хэв маягт тохирсон эсэх, түүнчлэн хангалттай тоогоор бэлдсэн эсэх		
11	Багийн динамикийг хангах, идэвхжүүлэх дасгал тоглоомуудыг хангалттай төлөвлөсөн эсэх		
12	Сургалтын үнэлгээний хуудсууд, сургалтын талаарх оролцогчдын сэтгэгдлийг авах, эргэх холбоо тогтоох дасгал, тоглоомууд хангалттай төлөвлөсөн эсэх		
<b>Сургалт эхлэхээс өмнө:</b>			
13	Сургалт зохион байгуулагчдаас логистикийн бүх бэлтгэл болох сургалт явагдах газар, анги танхим, сургалтын хэрэглэгдэхүүнүүд зохих ёсоор хангагдсан эсэхийг давхар тодруулсан эсэх		
14	Анги танхимын дотоод зохион байгуулалт сургалтын нээлт, миний эхний сургалтад тохирсон эсэх		
15	Сургалтад ашиглах компьютер, дэлгэц, сургалтын хэрэглэгдэхүүн бэлэн эсэх		

## СУРГАЛТЫН ХЭРЭГЛЭГДЭХҮҮН 15

### Идэвхжүүлэх, сэргээх дасгал тоглоомын жишээ<sup>7</sup>

#### Танилцах тоглоом (“Нүүр хагалах” тоглоом дасгалууд)

1. Өөрийнхөө дуртай зүйлийг нэрлэж, өөрийгөө зурах	
Зорилго:	Өөрсдийнхөө нэрийг хэлж, юу хийх дуртайгаа танилцуулснаар оролцогчдын нүүр хагарах болно.
Хэрэглэгдэхүүн:	Оролцогч бүрт А-4 хэмжээтэй нэг хуудас цаас, өнгө өнгийн харандаанууд
Хугацаа:	Өөрийгөө зурахад зориулж 5 минут, зургаа танилцуулахад 30 минут (оролцогчдын тооноос хамаарч)
Алхмууд:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Оролцогч бүрт хуудас цаас, харандаа эсвэл самбарын үзэг өгөөд өөрийгөө эсвэл өөрийн дуртай зүйлийг зурахыг хүснэ. Шог зураг, хийсвэр зураг, реалист зэргээр зургийг ямар ч аргаар зурж болно.</li> <li>2) Зургуудыг цуглуулж, холиод оролцогч бүрээс нэг зураг сонгохыг хүснэ. Тэгээд зургийн эзнийг хайж олоод 1 минутын хугацаанд тэр хүний нэр, зурсан зургийнх нь утга санааны тухай асууна.</li> <li>3) Оролцогчдоос 1 минутад багтаан өөрсдийн хамтрагчаа бусаддаа танилцуулахыг хүснэ. Ийм аргаар хүн бүрийг танилцуулна.</li> <li>4) Зургуудыг цуглуулж, самбар эсвэл хананд байрлуулна.</li> </ol>
Тайлбар:	Энэ дасгал нь сонирхолтойгоос гадна оролцогчид нь бие биеэ сайн таньдаг, таньдаггүй аль ч бүлэгт тохиромжтой.

2. Үр холигч	
Зорилго:	Оролцогчид хоорондоо нэг нэгээрээ танилцах
Хэрэглэгдэхүүн:	Сургагч багшийг оролцуулаад оролцогч бүрт 5-10 ш. шошны үр, шүр эсвэл жижигхэн чулуу өгнө.
Хугацаа:	Нийт оролцогчдын тооноос шалтгаалаад 20-40 минут
Алхмууд:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Хүн бүрт 5-10 ш. үр өгнө</li> <li>2) Бүх үрээ нэг халаасандаа эсвэл атгандаа хийгээд, нөгөө халаас эсвэл алгаа хоосон байлгана.</li> <li>3) Өрөөн дотуур явж, бусадтайгаа танилцах (өөрийнхөө нэр болон өөрийн талаар товч танилцуулах) хугацаа өгнө (20 минут).</li> <li>4) Танилцсан хүн бүртээ (нөгөө хүн нь ч бас өөрийгөө танилцуулна) нэг ширхэг үр өгөх ба нөгөө хүний өгсөн үрийг хоосон халаасандаа хийнэ/атгана.</li> <li>5) Энэ дасгалын төгсгөлд хүн бүрийн халаасанд/атганд байх үрийн тоо нь хэдэн хүнтэй танилцсаныг илэрхийлэх болно.</li> </ol>
Тайлбар:	Энэ дасгалыг бие биеэ таньдаг 10-30 хүнтэй багт ажиллуулахад, тохиромжтой. Нэг хүнтэй танилцахдаа нэгээс илүү минут зарцуулахгүй байхыг анхааруулаарай.

<sup>7</sup> Эх сурвалж: *A Trainer's Guide* by Pretty et al., which contains more than 100 games for a wide range of situations and purposes, and games collected during field training in South-East Asia.

## Идэвхжүүлэх, сэргээх дасгал тоглоом

3. Бороо, аянга, цахилгаан	
Зорилго:	Идэвхийг сэргээх
Хугацаа:	5 минут
Алхмууд:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Оролцогчдыг тойрог болон зогсохыг хүснэ (эсвэл байгаа газраа хоорондоо хангалттай зайтай зогсох).</li> <li>2) Одоо бүгд бороо, аянга, цахилгаан гэх үгсийн дагуу хөдөлгөөн хийхийг хүснэ. Ингэхдээ: Бороо = алгаараа өвдгөө хурдан хурдан товш Аянга = хөлөөрөө шалыг хурдан хурдан дэвс Цахилгаан = хоёр гараа дэлгэн, баруун гараа дээш, зүүн гараа доош гэж диагональ маягаар ээлжлэн хөдөлгөнө.</li> <li>3) Хөдөлгөөн бүрийг өөрийн биеэр хийж үзүүлээд оролцогчдыг дуурайн хийхийг хүснэ.</li> <li>4) Үгсээ ээлж ээлжээр хэлэхдээ дарааллыг өөрчлөн, аажмаар хурдыг мөн түргэсгэн хэлнэ.</li> </ol>
Тайлбар:	Үгс болон хөдөлгөөнөө өөрчлөн, өөр маягаар ч хийж болно.

4. “Сахиусан тэнгэр хэлэхдээ ...”	
Зорилго:	Нүүр хагалж, хөгжилтэй тайван уур амьсгал бүрдүүлэхийн тулд бие болон сэтгэлээ сэргээх дасгал
Хугацаа:	5-7 минут
Алхмууд:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Оролцогчдыг тойрог үүсгэн эсвэл хоёр эгнээ болж өөд өөдөөсөө харж зогсохыг хүснэ.</li> <li>2) Тоглоомын дүрмийг дараах байдлаар тайлбарлана: Сургагч багшийг “сахиусан тэнгэр... гэж хэлэв” гэхэд (жишээ нь нэг хөл дээрээ зогс гэвэл) хэлсний дагуу хөдөлгөөн хийж, хөшөө болно. Гэхдээ дээрх үгийг хэлэлгүйгээр заавар өгвөл зааврыг биелүүлэхгүй байх хэрэгтэй (өмнөх байрлалдаа хөдлөхгүй зогсоно).</li> <li>3) Жишээ нь: “Сахиусан тэнгэр зүүн чихээ баруун гараараа барь гэж хэллээ” гэнэ. Дараа нь: “Зулайгаа маажих, гэдсээ маажихыг нэг зэрэг хий” (оролцогчид чихээ барьсан хэвээр зогсох ёстой)</li> <li>4) Энэ мэтээр хөгжилдөх ба алдаа гаргасан хүнээс дараагийн зааварчилгаа хэлэхийг хүсэж болно.</li> </ol>
Тайлбар:	Оролцогчдыг аль болох хөгжилтэй байрлал зохиохыг хүснэ. Зааварчилгааны дунд завсарлах, зальжин маягаар хэлэх зэрэг нь тоглоомыг улам сонирхолтой хөгжилтэй болгодог.



5. “Би чамд хайртай”	
Зорилго:	Хөгжилтэй уур амьсгал бүрдүүлж, багийн ажиллагааг идэвхжүүлж, оролцогчдыг хүч энергиэр “цэнэглэх”
Хэрэглэгдэхүүн:	Нийт хүний тооноос (өөрийгөө оруулаад) нэгээр дутуу сандлууд
Хугацаа:	5-7 минут
Алхмууд:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Бүх оролцогчдыг тойрог болон сандал дээр сууж, өөрөө голд нь зогсоно.</li> <li>2) Тойрогт сууж байгаа хэн нэгэн оролцогч дээр очоод “Би чамд хайртай” гэж хэлнэ (оролцогч ичингүйрч, сэтгэл нь хөдлөх байх). Тухайн хүнийг өөрөөс чинь яагаад гэж асуухыг хүснэ. “Чи улаан цамц өмссөн болохоор” гэж та хариулна.</li> <li>3) Анги дотор улаан цамц өмссөн бүх хүнийг босож, өөр сандал олж суухыг хүснэ. Харин шинэ сандал олж чадаагүй хүн өөр хэн нэгнийг сонгож “хайраа илчлэх” хэрэгтэй болно. Шалтгаан нь мэдээж хамгийн түгээмэл зүйл байх хэрэгтэй. Жишээ нь: “Чи нүдний шилтэй болохоор, урт үстэй болохоор, жинсэн өмдтэй болохоор, ээмэг зүүсэн болохоор” г.м.</li> <li>4) Хүмүүс шинэ сандал хайж эхлэнгүүт өөрөө хайраа илчилсэн хүнийхээ сандал дээр сууна. Хүн бүр дор хаяж нэг удаа байраа сольтол тоглоомыг үргэлжлүүлнэ.</li> </ol>
Тайлбар:	Энэ тоглоомыг өөрчлөн тоглох олон хувилбар байдаг. “Би чамд хайртай” гэхийн оронд “Надад ... хүнд зориулсан зурвас байна” гэж хэлж болно.

### Баг бүрдүүлэх дасгалууд

6. Загастай аяга	
Зорилго:	Хөгжилтэй байдлаар идэвхжүүлж, жижиг багууд бүрдүүлэх
Хугацаа:	10 минут
Алхмууд:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Чөлөөтэй нааш цааш явах, гүйх боломжтой зайд гарч ирэхийг оролцогчдоос хүснэ.</li> <li>2) Тоглоомын дүрмийг танилцуулна: Сургагч багшийн хэлсэн хэмжээний дагуу загастай аяга болно. Жишээ нь, “2 аяга, 1 загас” гэвэл хоёр оролцогч гар гараа барилцан аяга болж, нэг оролцогч голд нь орж загас болно. “4 аяга, 2 загас” гэх мэт ахин өөр зааварчилгаа өгтөл тэр хэвээрээ зогсоно (4 хүн аяга болж, 2 хүн загас болж голд нь зогсоно).</li> <li>3) Тоглоомоо тоглож эхлэн, аяганы хэмжээ болон загасны тоог өөрчилнө. Өөрийн хүссэн хэмжээний багаа бүрдүүлэх хүртлээ тоглож болно.</li> </ol>
Тайлбар:	Жижиг багууд бүрдүүлэхэд тохиромжтой, хөгжилтэй тоглоом юм. Жишээ нь “4 аяга, 3 загас” гэж хэлэхэд 7 хүнтэй баг бүрдэнэ. Гэхдээ танихгүй хүний биед эсрэг хүйсийнх нь хүн санаатай санаандгүй байдлаар хүрэхийг цээрлэдэг орчинд хэрэглэхэд тохиромжгүй.

## 7. Эвлүүлдэг зураг

Зорилго:	Жижиг багууд бүрдүүлэх, баг бүрдэх үйл явцад дүн шинжилгээ хийх
Хэрэглэгдэхүүн:	Бүрдүүлэхээр төлөвлөсөн багийн тоогоор амьтан эсвэл жимс, ногооны зураг
Хугацаа:	5-10 минут
Алхмууд:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Ямар нэгэн зургийг өөрийн хүссэн тооны баг бүрдэхэд шаардлагатай тоогоор хувааж, бэлдэнэ. Хэт жижиг хэсэг болгож болохгүйг анхаар.</li> <li>2) Бүх хэсгүүдээ холиод оролцогчдод тараана.</li> <li>3) Өөрийнх нь зурагны хэсгийг авсан оролцогчийг хайж олохыг хүснэ.</li> </ol>
Тайлбар:	<p>Энэ дасгалын төгсгөлд өөр өөр багууд хэрхэн бүрдсэн тухайгаа хуваалцахыг хүсэж болно. Ингэх нь багийн ажлыг гүйцэтгэхэд өөр өөр зан араншинтай хүмүүс, өөр өөр үүрэгтэй оролцогчийг оролцогчдод ойлгуулах болно. Дараах асуултуудыг ашиглаж болно:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Танай багийн гишүүд бие биеэ хэрхэн таньж олсон бэ?</li> <li>• Баг бүрт хэн нэгэн зохион байгуулагч байсан уу?</li> <li>• Хэн нэг нь суугаад өөрийн зургийн нэрийг хашгиран хэлж, хэн нэгэн өөрийг нь хайж ирэхийг хүлээж байсан уу? Эсвэл өөрийнх нь зурагны хэсгийг авсан оролцогчийг хайсан уу?</li> </ul>

## 8. Жимсний салат

Зорилго:	Идэвхжүүлэх, жижиг багууд бүрдүүлэх
Хэрэглэгдэхүүн:	Нийт оролцогчдын тооноос (өөрийгөө оруулаад) нэгээр цөөн сандал
Хугацаа:	5-10 минут
Алхмууд:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Урьдчилаад нийт оролцогчдын тоог гаргаж, хэдэн баг хэрэгтэйг тооцоолох</li> <li>2) Сандлуудыг нягт тойрог болгон тавьж, оролцогчдыг суухыг хүснэ.</li> <li>3) Өөрөө голд нь зогсоод энэ тоглоомд хүн бүрийн идэвхтэй оролцоо хэрэгтэйг анхааруулна. Оролцогчдоос олон төрлийн жимс нэрлэхийг хүснэ. (хэрэгтэй багуудын тоогоор)</li> <li>4) Сонгосон жимсний нэрсийг давтан хэлж, нэг хүнийг хамгийн эхний жимсийг сонгохыг хүснэ. Энэ мэтээр дараалуулан нэрлээд өөрөө хүртэл нэг жимсний нэр өөртөө авна. Тоглоом эхлэхээс өмнө бүх жимсний нэрсийг нэг нэгээр нь дуудаж, оролцогч бүр нэг нэг жимс нэрлэсэн эсэхийг тулгана.</li> <li>5) Нэг жимсний нэр хэлж тоглоомыг эхэлнэ. Тэрхүү жимсний нэрийг авсан хүмүүс суудлаа солих ёстой. Суудалгүй үлдсэн хүн өөр жимсний нэр хэлэх гэх мэтээр тоглоом үргэлжилнэ. Хэрэв бүгд суудлаа солих хэрэгтэй гэж бодвол “жимсний салат” гэж хэлэх ба энэ үед бүгд босож, суудлаа солино.</li> <li>6) Сургагч багш харин тоглоом дуусгахын тулд өөрөө суудалгүй үлдэх нэгэн болох ёстой. Ингээд “Болно” гэж хэлэхэд тоглоом дуусна.</li> </ol>
Тайлбар:	Энэ тоглоомыг тоглох өөр олон хувилбар байдаг ба ногооны шөл, амьтны хүрээлэн гэх мэтээр өөрчилж болно. Ийнхүү нэрлэх нь багуудыг дотроо ижилсэх зүйлтэй болгож, багийн нэгдэл нягтралыг хангадаг.

## 8 Сургагч багшид зориулсан нэмэлт мэдээлэл

Амьдрах ухааны сургалтын багц нь өргөн цар хүрээтэй бөгөөд хэд хэдэн сэдвийг хамардаг. Тухайн сургагч багшийн хувьд зарим асуудлууд танил бус байж болзошгүй. Энэ хэсэгт сургагч багш нарын сургалтыг хөнгөвчлөх зорилгоор зарим ойлголт, үзэл баримтлалыг илүү сайн ойлгоход туслах нэмэлт мэдээлэл тусгагдсан болно.

### А. Эерэг харилцаа, шийдвэр гаргах үйл явцыг дэмжих

Бүх насны хүмүүст зөвхөн боловсрол төдийгүй амьдралаа өөрчлөхөд нь дэмжлэг үзүүлэх шаардлагатай байдаг. Ялангуяа хүүхэд залуучууд өөртөө итгэх итгэл, чадвар дутмаг байдаг. Эерэг харилцаа холбоо тогтоох, шийдвэр гаргах чадварыг хөгжүүлэхэд тэдэнд туслах нь бусадтай зөв харилцаж, улмаар тэдний өөртөө итгэх итгэлийг нэмэгдүүлж, эрүүл харилцааг бий болгоход тусална.

### Эерэг харилцаа холбоо гэж юу вэ ?

Эерэг харилцаа холбоо нь эрүүл харилцааг тогтооход чухал үүрэгтэй. Энэ нь үгээ зөв сонгох болон:

- Бусад хүнийг заналхийлэхгүй эсвэл доромжлохгүйгээр өөрийн сэтгэл мэдрэмжээ шударгаар хэлж илэрхийлэх
- “Чи хэзээ ч”, “Чи үргэлж”, “Минийхээр” гэхээс илүү “Та”, “Би”, “Би ... илүү гэж бодож байна” гэх мэт хэллэгээр харилцааг эхлүүлэхийг ойлгоно.

Хүмүүс ийм хэллэгүүдэд эерэгээр хариу өгөх нь илүү байдаг. Учир нь харилцагч нь бусдыг буруутгах эсвэл доромжлохгүйгээр өөрийн мэдрэмжийг илэрхийлж байдаг.

Өдөр бүр бид бусад хүмүүстэй хэрхэн харилцах, хандах талаар шийдвэр гаргадаг. Ихэнх тохиолдолд бид аль нь шударга, зөв эсэх талаар бодолгүйгээр шийдвэр гаргах нь бий.

- **Шударга байна** гэдэг нь хүний эрхийг хүндлэн ижил тэгш хандахыг хэлнэ. Өөрт тань сөргөөр ханддаг хүнтэйгээ харилцахдаа ч эерэг харилцааг ашиглаж болно.
- **Тууштай, шийдэмгий байх** гэдэг нь өөрийгөө хамгаалах чадвартай байна гэсэн үг. Тууштай, шийдэмгий байна гэдэг нь танд юу хэрэгтэй вэ, та юу хүсэж байна вэ гэдэг асуудлаар өөртэйгээ болон бусад хүнтэй шударга ойлголцохыг хэлнэ. Мөн та өөрийн эрхийг мэдэж, эрхээ хамгаална гэсэн үг юм. Жишээлбэл та жирэмсэн болсон ч боловсрол эзэмших эрхийнхээ төлөө тэмцэнэ гэсэн үг юм. Эсвэл таны ирээдүй, эрүүл мэндэд сөргөөр нөлөөлөх зүйл байвал түүний талаар та өөрөө шийдвэр гаргана гэсэн үг. Зарим хүн өөрт нь буруу хандсан ч өөрийгөө хамгаалж чаддаггүй. Өөрийн нэр хүнд, бие махбод, хэрэгцээ сонирхолоо хамгаалахад тэдэнд өөртөө итгэх итгэл, өөрийн хүндлэл дутагдаж болно.
- **Итгэлтэй байх нь түрэмгий, бардам зантай адил биш.** Түрэмгий зантай хүмүүс бүдүүлэг, эелдэг бус байж, бусад хүмүүсийн мэдрэмжийг үл ойшоодог. Хэт түрэмгий байх нь таны сэтгэлзүйн эрүүл мэндэд сөргөөр нөлөөлж болзошгүй юм.

### Шийдвэр гаргах нь амьдралд хэр чухал вэ ?

Шийдвэр гаргах чадвар нь зорилгоо биелүүлж, мөрөөдөлдөө хүрэхэд туслах болно. Шийдвэр гаргах чадвар нь та 13 насандаа ирээдүйдээ юу болох талаар зөв шийдвэр гаргах гэсэн үг биш юм. Хүсэж буй зүйл нь яг шийдвэр биш харин мөрөөдөл, урт хугацааны зорилго юм.

Шийдвэр гаргах нь өөр зүйл юм. Шийдвэр гаргана гэдэг нь хоёр эсвэл түүнээс олон боломжоос сонголт хийнэ гэсэн үг юм. Шийдвэр гаргах нь өдөр бүр тохиолддог үйл явдал. Та мөрөөдлөө

биелүүлэхийн тулд олон зуун шийдвэр гаргах хэрэгтэй болно. Хичээлээ тараад гэртээ харих уу эсвэл найзуудтайгаа тоглох уу? Найз залуу/бүсгүйтэйгээ бэлгийн харилцаанд орох уу эсвэл хүлээх үү? Энэ ажилд орох уу эсвэл өөр хотод шилжин суурьшиж илүү дээр ажил олох уу? Мөрөөдөлдөө хүрэх боломжууд ихэнх нь бодитой биш байж болох ч, өөр боломжийг харуулж байдаг. Бид байгаа боломжуудаас нэгийг сонгоход суралцах хэрэгтэй. Танд юу хамгийн хэрэгтэй вэ, та юу хүсэж байна гэдгээ шийдэхдээ хамгийн зөв хувилбарыг сонгох хэрэгтэй.

Шийдвэр гаргахад бидний өөрийн үнэлгээ хүчтэй нөлөөлдөг. Бид өөрсдийгөө онцгой, өвөрмөц хүн, нийгмийн гишүүн гэж үнэлдэг бол бидний өөрийн үнэлгээ өндөр байж, бид бие даан сэтгэж, ухаалаг шийдвэр гаргаж чаддаг. Бид хүүхэд байхдаа шийдвэр гаргахдаа эцэг эхээсээ өвлөн суралцсан ёс суртахууны үнэт зүйлсэд баримжаалдаг. Насанд хүрээд бид өөрсдийн үзэл бодолд суурилж шийдвэр гаргадаг. Бидний шийдвэр гаргах үйл явцад үе тэнгийнхэн, гэр бүл, нийгэм, соёл, боловсрол, хандлага, уламжлал болон туршлага нөлөөлдөг.

Шийдвэр гаргахад бүх зүйл хэрхэн өөрчлөгдөхийг эргэцүүлж тунгаах нь нэн чухал юм. Зөв шийдвэр гаргах нь үр дагаврыг урьдчилан харахаас шалтгаалдаг. Үүний тулд мэдээлэл, баримт цуглуулах нь чухал. Гэсэн ч аль нэг шийдвэрийн боломжит бүх урьдчилсан таамгийг дэвшүүлсэн ч үл мэдэгдэх үр дагавар гарч ирж болно. Заримдаа бид буруу мэдээлэлтэй байгаад буруу шийдвэр гаргаж магадгүй. Заримдаа бид хэтэрхий хурдан шийдэж, чухал мэдээллийг орхигдуулж магадгүй юм.

## Б. Жендэрийн тэгш байдлын үзэл баримтлал

Ихэнх нийгэмд хүүхдүүдийн эхээс төрөхөд оногдсон биологийн хүйс нь тэдний нийгмийн гарал үүсэл, арьсны өнгө, яс үндэс, гэр бүл нь хот эсвэл хөдөө орон нутагт амьдардаг зэрэг бусад чухал хувьсагчийн зэрэгцээ амьдралд учирч болох боломжуудад нөлөөлдөг. Төрсөн цагаас нь эхлэн нийгмийн зүгээс охид, хөвгүүдэд өөр өөр үүрэг оноож, өөр өөр боломж олгодог. Ийнхүү бид багаасаа тухайн нийгэмдээ хүлээн зөвшөөрөгдөхийн тулд эрэгтэй хүн, эмэгтэй хүн ийм байх ёстой, тийм байх ёсгүй гэсэн үзэл бодолд баригдаж, түүнд нь захирагдаж өсдөг (жишээлбэл охид өхөөрдөм байх, хөвгүүд уйлж болдоггүй).

### Хүйс болон жендэрийн ялгаа юу вэ?



- **Хүйс** гэдэг нь эхээс төрөхөд оногдсон биологийн онцлог бөгөөд эрэгтэй эмэгтэй хүмүүс, охид хөвгүүдийн хоорондын ген болон нөхөн үржихүйн тогтолцоогоор тодорхойлогдох биологийн ялгааг илэрхийлдэг. Жишээлбэл, эмэгтэй хүн л өндгөн эс боловсруулж хүүхэд төрүүлдэг, харин эрэгтэй хүн л эр бэлгийн эс бий болгодог.



- **Жендэр** гэдэг нь эрэгтэй болон эмэгтэй хүний үүрэг, онцлог, зан үйлийн талаар нийгэмд уламжлагдан тогтсон ойлголт юм. Жендэрийн ялгаатай байдлын тухай ойлголтыг хүүхэд багаасаа эзэмшдэг бөгөөд соёл дотроо болон өөр өөр соёлын хооронд ялгаатай байж, цаг хугацааны эрхээр өөрчлөгдөж байдаг. Жишээлбэл, олон оронд эмэгтэйчүүд бага насны хүүхдээ асрах үүрэгтэй байсан бол сүүлийн үед эрчүүд ч мөн хүүхдээ асрах хандлага нэмэгдсээр байна.

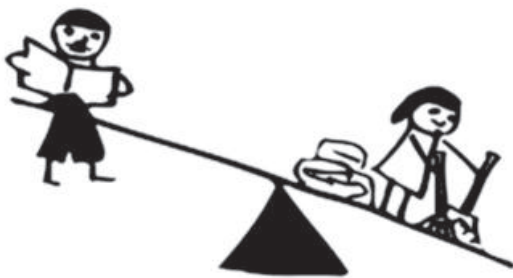
- Хүмүүс төрөхдөө олсон хүйсээ барагтай өөрчилдөггүй ч өөрийн гэр бүл болон нийгмийн хүрээнд жендэртэй холбоотой хандлага шударга бус байгаа тохиолдолд жендэрийн ялгаа хандлагыг өөрчилж болно.

Жендэрийн үзэл ойлголт нь охид/эмэгтэйчүүд, хөвгүүд/эрэгтэйчүүдийн өөрийгөө илэрхийлэх, биеэ авч явах байдал, яриа, хувцаслалт зэрэгт нөлөөлөхийн зэрэгцээ ажил, амьдралын боломжийг нь ч тодорхойлж байдаг. Зарим гэр бүл, орон нутаг, нийгмийн орчинд хүйсийн хатуу чанга хэм хэмжүүр байдгаас болж зөвхөн охид бүсгүйчүүд гэлтгүй хөвгүүд, эрчүүдийн хувьд ч өсөн дэвжих, хөгжих боломж хязгаарлагдах нь элбэг. Ийм үзэл ойлголтууд нь ихэнхдээ бодит байдалд нийцдэггүй бөгөөд эрэгтэй эмэгтэй хүмүүсийн гэр бүл, ажил мэргэжил, нийгэмд гүйцэтгэж буй бодит хувь нэмрийг халхалж дарагдуулж болно.

Иймд бодит баримт ба хувийн үзэл бодлын хоорондын ялгааг ойлгож, эрэгтэй эмэгтэй хүмүүсийн гүйцэтгэж буй үүргийг бодитоор ажиглаж, түүнийгээ ийм байх ёстой, тэгэх ёстой, ингэж чадахгүй г.м. хүмүүсийн хэвшмэл үзэлтэй харьцуулж байх хэрэгтэй.

- **Жендэрийн үүрэг** гэдэг нь охид, хөвгүүд, эрэгтэй эмэгтэй хүмүүсийн гүйцэтгэдэг үйл ажиллагаатай холбоотой. Жишээлбэл, хөвгүүд аавдаа гэрийн гаднах ажилд тусалдаг бол охид ээжийнхээ гэр доторх ажилд тусалдаг г.м. Жендэрийн үүрэг нь тухайн нийгэмд уламжлагдан тогтсон жендэрийн үнэт зүйл, хэм хэмжээ, хэвшмэл үзлээр тодорхойлогддог ч цагийн эрхээр, мөн өөр өөр соёлд өөрчлөгдсөөр ирсэн зүйл юм.
- **Жендэрийн хэм хэмжээ болон үнэт зүйл** нь эрэгтэй болон эмэгтэй хүмүүс ямар байх ёстой, юу хийх ёстой, юу хийж чаддаг талаарх ихэнх хүмүүсийн эсвэл хувь хүний үзэл төсөөлөлтэй холбоотой. Жишээлбэл, ихэнх нийгэмд эмэгтэйчүүдийг үзэсгэлэнтэй, дуулгавартай сайн гэрийн эзэгтэй байх ёстой, харин эрэгтэйчүүдийг хүчтэй, зоригтой, гэр бүл, нийгэмдээ манлайлагч байх ёстой гэж үздэг.
- **Жендэрийн тухай хэвшмэл үзэл** (ташаа ойлголт) бол эрчүүд болон эмэгтэйчүүдийн чадвар чадавхын талаар хүмүүст тогтсон үзэл бодол юм. Жишээлбэл, эмэгтэйчүүд сайн удирдагч байж чаддаггүй, харин эрэгтэйчүүд сайн сувилагч байж чаддаггүй. Хэвшмэл үзэл нь заримдаа үнэн байж болох ч бодит баримт болон логикт суурилагагүй байдгийн улмаас ихэнх тохиолдолд буруу ташаа байдаг. Хэвшмэл үзэл нь ихэнхдээ үндэслэлгүй бөгөөд шударга бус байдаг.

### Жендэрийн үүрэг, хэм хэмжээ бидэнд хэрхэн нөлөөлдөг вэ?



Аль ч нийгэмд жендэрийн үүрэг, үнэт зүйл, хэм хэмжээ нь хүмүүсийн амьдралд нөлөөлж байдаг. Жендэрийн үүрэгт бид суралцдаг. Учир нь энэ бол төрмөл биш, заяагдмал биш. Хүүхдүүд гэр бүлээсээ жендэрийн үнэт зүйл, хэм хэмжээг ажиглаж, өөртөө шингээж байдаг бөгөөд хүүхэд асрах, гэрийн ажил хийх, гадаах ажлаа хариуцах, шийдвэр гаргах зэрэгт эрчүүд/хөвгүүд болон эмэгтэйчүүд/охидын үүрэг хариуцлага өөр өөр байгааг анзаарч, суралцаж эхэлдэг. Зарим гэр бүлд охид, хөвгүүдэд адилхан хандаж, сурч боловсрох боломжоор тэнцүү хангаж, гэрийн ажлаа адилхан хуваан хийлгэдэг

ч айл бүрд ийм байдаггүй нь үнэн билээ.

Ихэнх нийгэмд охид хөвгүүд, эрэгтэй эмэгтэй хүмүүсийн эдлэх эрх, боломж бололцоо ялгаатай байдаг. Хамгийн нийтлэг ялгаа нь сурч боловсрох, ажлын ачааллыг хуваарилах, ямар нэгэн нөөц боломж болон үр шимээс хүртэх, шийдвэр гаргах эрхээ эдлэх хүрээнд илэрдэг.

### Жендэрийн үүрэг өөрчлөгдөх боломжтой юу?

Жендэрийн талаарх ойлголт төсөөлөл нэг соёл (эсвэл нийгэм)-оос нөгөө соёлд харилцан адилгүй

байдаг. Жендэрийн ялгаатай байдалд хүмүүс бага наснаасаа эхлэн суралцаж байдаг тул гэр бүл дэх эрэгтэй, эмэгтэй хүмүүсийн үүрэг хариуцлага зэрэг жендэрийн ялгааг ихэнх хүмүүс хэвийн зүйл мэт хүлээж авдаг. Жендэрийн ялгаатай байдал нь биологи болон байгалийн нөлөөгөөр үүсэж бий болдоггүй, харин цаг хугацааны эрхээр тухайн нийгэмд амьдарч буй хүмүүсийн санаа бодлоор биеллээ олж байдаг бөгөөд ялангуяа залуу хүмүүсийн дунд эдгээр санаа өөрчлөгдөх боломжтой ба өөрчлөгдөж ч байдаг. Өнгөрсөн цаг үетэй харьцуулахад өнөөдөр жендэрийн тэгш байдал илүү хэрэгжсээр байна. Аль ялгааг нийгэм, хүмүүс өөрсдөө бий болгосон, харин аль ялгаа нь биологийн хүчин зүйлээр тодорхойлогддог болохыг ялгах нь чухал юм. Тухайлбал, эрчүүд хүчтэй тул уйлах ёсгүй гэсэн санааг нийгэм бий болгосон бол эмэгтэй хүн хүүхэд төрүүлэх нь биологийн шинж чанартай ойлголт юм. Хатуу чанга жендэрийн хэм хэмжээнээс охид, хөвгүүд аль аль нь сөрөг үр дагавартай учирч болно. Илүү тэгш байдал болон илүү уян хатан жендэрийн үүрэг хариуцлага нь хүн бүрт өөрийн чадварыг бүрэн хөгжүүлэх илүү их боломжийг олгох болно.

### **Жендэрийн хэм хэмжээ яагаад хор хөнөөлтэй байж болох вэ?**

Эрэгтэй, эмэгтэй хүмүүсийн хоорондын эрх мэдлийн харьцаа нь тэдний амьдралын бүхий л салбарт, тэр дундаа нийгэм, улс төр, эдийн засгийн үүрэг, амьдралын хэв маягт нь нөлөөлдөг. Охидыг ихэвчлэн өөрийгөө мэдэх эрх бараг олгоггүйгээр өсгөдөг бол хөвгүүдийг “эр муу ч эмийн дээр” хэмээн сургаж өсгөдөг. Гэхдээ олонх хүүхдүүд жендэрийн хэвшмэл үзэлд баригдалгүйгээр өсөж хөгждөг. Жишээлбэл, охид спортод дурлан хичээллэж, тооны хичээлдээ шамдан, эх орноо хөгжүүлэх удирдагч болохоор тэмүүлэхийн хамт эмэгтэйлэг гэдгээ мэдэрч байхад хөвгүүд бие биетэйгээ дотно нөхөрсөг харилцаж, урлагийг сонирхон, эр хүн бол байнга амжилттай, бас зоригтой байх ёстой гэсэн дарамт шахалтаас ангид байхын зэрэгцээ эрэгтэйлэг байдлаа мэдэрч чаддаг.

Гэр орны өдөр тутмын ажил үүргүүд хүний амьдралын чухал хэсэг мөн боловч түүнд оролцдоггүй хүмүүс үүнийг зохих ёсоор үнэлэхгүй, анзаарахгүй өнгөрөх нь элбэг. Мэдээж эрчүүд, эмэгтэйчүүдийн хэн хэн нь гэр орны ажил хийх чадварыг адилхан эзэмшсэн байдаг ба байгалиасаа эмэгтэй хүн л гэрийн ажил хийхдээ сайн гэсэн зүйл огт байхгүй. Хандлагын энэ мэт ялгаа нь эрэгтэй болон эмэгтэй хүний тухай нийгэмд уламжлагдан тогтсон төсөөллөөс үүдэлтэй бөгөөд энэ замаар л бид эрэгтэй болон эмэгтэй хүн болон өсдөг.

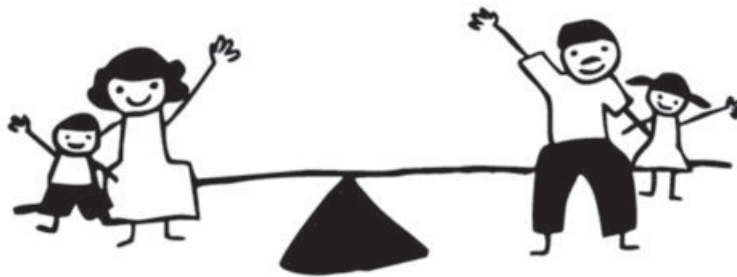
**Хатуу тогтсон жендэрийн үүрэг, хэм хэмжээ нь** хүмүүсийн бие биетэйгээ харилцах харилцаанд нөлөөлж, зарим тохиолдолд хүчирхийлэл, амиа хорлох үйлдэл хийх гэх мэт нийгмийн олон асуудал руу хөтөлдөг тал бий. Эсрэг хүйсийнхээ хүнтэй л гэрлэх ёстой гэх хатуу тогтсон хэм хэмжээнд баригдах боломжгүй хүмүүс нийгэмд байнга хавчигдаж, сурч боловсрох, ажил хөдөлмөр эрхлэх, эрүүл мэндийн үйлчилгээ авах, хууль ёсны эрхээ эдлэх гэх мэт нийгмийн харилцааны олон талбараас гадуурхагддаг. Иймэрхүү хүндлэлгүй харилцаа үүсэх нь тэднийг хүсээгүй харилцаа руу түлхдэг бөгөөд бэлгийн хүчирхийлэл болон ХДХВ, БЗДХ зэрэгт өртөх, хүсээгүй жирэмслэлт, үр хөндөлт зэргийг сонгох нөхцөлийг бүрдүүлдэг. Тодруулбал, ижил хүйстнээ сонирхогч, эмэгтэйлэг төрхтэй хөвгүүд, эмэгтэйлэг бус гэгдэх охид, мөн мэргэжлийн спортын тамирчин охид зэрэг жендэрийн хэм хэмжээнд нийцээгүй хүмүүс гутаан доромжлол, гадуурхал, заналхийлэлд өртөх нь элбэг байдаг.

### **Жендэрийн тэгш байдлын төлөө ажиллах нь яагаад чухал вэ?**

Хүн бүр бүхий л салбарт өөрийн авьяас чадвараа хөгжүүлж, ашиглаж чадаж байвал хүн бүрд хэрэгтэй. Бидний амьдарч буй нийгэм, соёл байнга хувьсан өөрчлөгдөж байдгийг санаж байх нь чухал. Хүмүүсийн амьдрах орчин нөхцөл заримдаа сайн тал руу, заримдаа муу тал руу өөрчлөгдөх

нь бий. Жендэрийн үүргүүд ч хувьсан өөрчлөгдөж байдаг:

- **Жендэрийн тэгш байдал** гэдэг нь ажил амьдрал дээр хөвгүүд охид, эрэгтэй эмэгтэй хэмээн ялгалгүйгээр хүн бүрд тэгш эрх, үүрэг, хариуцлага, боломж олгохыг хэлнэ. Өөрөөр хэлбэл, хүйсээс үл шалтгаалан мэдээлэл хүртэх, сурч боловсрох, ажил хөдөлмөр эрхлэх, шийдвэр гаргах, гэр бүлийн болон нийгмийн баялгаас (хоол хүнс, мөнгө, газар г.м.) хүртэх, нийгмийн болон эрүүл мэндийн үйлчилгээ авах, хүндлүүлж харилцах тал дээр адил тэгш эрх эдэлнэ гэсэн үг юм. Хүн бүр ялгаварлалгүй шударга, адил тэгш байдлаар нөөц баялгаас хүртэх, хуваарилалтад хяналт тавих, хөгжил дэвшилд хувь нэмрээ оруулах, шийдвэр гаргахад оролцох эрхтэй.



- **Жендэрийн тэгш байдлыг дэмжих** гэдэг нь хөвгүүд охид, эрэгтэй эмэгтэй хэмээн ялгаварлалгүйгээр боломжийг адил тэнцүү олгож, үр дүнг адил тэнцүү хүртэх, хүн ёсоор хүндлүүлж, хайрлуулах, өөрийн нөөц бололцоогоо бүрэн дайчилж, бүх хүний амьдралын чанарыг сайжруулах явдал юм. Энэ нь эрэгтэй эмэгтэй хүмүүс яг адил болно гэсэн үг огт биш. Эрэгтэй, эмэгтэй хүмүүс өөр байж болох ч амьдралдаа хүлээх үүрэг хариуцлага, эдлэх эрх, оногдох боломжийн хувьд тэгш байна гэсэн үг билээ. Хөвгүүд охид, эрэгтэй эмэгтэй хэмээн ялгаварлалгүй адилхан харилцаж, хийсэн ажлыг нь эрэгтэй, эмэгтэй хэмээн ялгалгүй шударгаар үнэлж байх нь хамгийн чухал. Иймд, хүнийхээ хувьд, ажилтныхаа хувьд хүйсийн ялгаваргүй адил тэнцүү эрх эдэлж, хийсэн ажлаа шударгаар үнэлүүлж:
  - үүрэг хариуцлага болон боломж,
  - ажлын ачаалал болон орлого хуваарилалт, шийдвэр гаргах явц зэрэгт зүй зохистой, шударга оролцоотой байх нөхцөл бий болсон цагт л **Жендэрийн тэгш байдал** хангагдлаа гэж үзнэ.

### Жендэрийн тэгш байдлыг дэмжихэд чиглэсэн үндсэн санаа

Жендэрийн тэгш байдлыг дэмжих тухай сургалтын явцад сургагч багш нар дараах Түлхүүр мэдээллийг заавал тайлбарлаж өгснөөр сургалт үр дүнтэй байх болно. Үүнд:

- **Жендэрийн тэгш байдлыг хангах нь нийгмийн гишүүн бүрийн үүрэг хариуцлага юм.** Гэр бүл болон нийгэмд эрэгтэй, эмэгтэй хүмүүсийн гүйцэтгэх үүрэг, хариуцлагын тухай нэгдмэл бөгөөд тэнцвэртэй ойлголт бий болж, гэр бүл, ажлын байранд, нийгмийн хүрээнд жендэрийн тэгш байдлыг хэрхэн хангах талаар үе үеийнхний хооронд зөвшилцөлд хүрэх хэрэгтэй. Жендэрийн тэгш байдлыг дэмжихэд эрэгтэй, эмэгтэй хүмүүсийн хэн хэнийх нь оролцоо чухал.



- **Жендэрийн тэгш байдлыг дэмжих нь нийгмийн гишүүн бүрд ач холбогдолтой.** Эмэгтэй хүний байр суурь дээшлэх нь зарим эрчүүдийн хувьд айдас авчрах нь бий. Гэхдээ жендэрийн тэгш байдлыг дэмжинэ гэдэг нь эрчүүдийн эрх мэдлийг хагасалж, эмэгтэйчүүдийг илүү эрх

мэдэлтэй болгоно гэсэн үг биш юм. Эрэгтэй, эмэгтэй хүмүүсийн тэгш байдлыг дэмжсэнээр харин ч хоёр хүйсийн хувьд хэн хэндээ ашигтай нөхцөл бүрддэг.

- **Жендэрийн тэгш байдлыг дэмжих нь зөв төдийгүй мөн ухаалаг алхам юм.** Хөгжлийн үйл явцад эрэгтэй, эмэгтэй хүн бүрийг ижил тэгшээр татан оролцуулах нь шударга бөгөөд зүй ёсны үзэгдэл билээ. Учир нь гэр бүл, нийгэм дэх бүхий л нөөц боломж, авьяас чадварыг ашиглах нь эдийн засаг бизнесийн хувьд ч зөв алхам болох нь тодорхой.



## В. Жендэрийн эрх тэгш байдлыг хангах стратеги

Жендэрийн тэгш байдал, жендэрийн тэгш эрх ба жендэрийн шударга байдал гэж юу вэ?

Эрх тэгш бус байдал, ялгаварлан гадуурхах үзлийг арилгахад чиглэсэн тодорхой арга хэмжээ авах шаардлагыг онцлох зорилгоор байгууллагууд жендэрийн тэгш эрх (шударга ёс, шударга зарчим) гэх томъёолол ашиглах болов. Зарим байгууллага аль нэг нэр томъёог хэрэглэдэг бол зарим нь эдгээр нэр томъёог харилцан орлуулах байдлаар хэрэглэж байна. Энэ хоёр нэр томъёоны ялгааг дараах байдлаар нэгтгэж болно:

- Жендэрийн тэгш байдал гэдэг нь аль ч хүйсийг үл ялган тэгш хандаж, тэгш боломж олгож, эрэгтэй ч бай, эмэгтэй ч бай хөгжлийн үйл явцад оролцох, шийдвэр гаргах, түүнийхээ үр дүнг адил тэнцүү хүртэх тухай ойлголт юм.
- Жендэрийн тэгш эрх нь үр дүнгийн адил тэгш байдлыг илэрхийлдэг. Эрэгтэй эмэгтэй хүмүүс, охид хөвгүүдийн хүйсийн онцлогоос шалтгаалсан өөр өөр хэрэгцээ, соёлын саад болон тодорхой нэг хэсэг бүлгийг ялгаварлаж байсан хандлагыг тооцоолон, шударга бөгөөд зүй ёсоор, ижил тэнцүү хандах нь тэгш эрхийг бий болгодог. Өөрөөр хэлбэл, эрэгтэй эмэгтэй хүмүүс, охид хөвгүүд гараан дээр ч тэд, бариан дээр ч тэд тэгш боломжоор хангагдах нөхцөлийг хэлнэ.
- Тогоруу, үнэг хоёрын үлгэрээр жендэрийн тэгш байдал болон жендэрийн тэгш эрхийн ялгааг тайлбарлая:<sup>8</sup>

	<p>Эртээ урьдын цагт тогоруу, үнэг хоёр амьдарч байжээ. Нэг өдөр үнэг тогорууг оройн хоолонд урьжээ. Гэтэл үнэг хоолоо тавганд хийсэн байсан тул тогоруу урт хошуугаараа хоолыг идэж чадаагүй аж.</p> <p>Дараагийн өдөр тогоруу үнэгийг гэртээ урьж гэнэ. Тогоруу хоолоо вааранд хийгээд үнэгэнд өгчээ. Үнэг хэлээрээ ваарнаас хоол идэж чадалгүй буцсан гэдэг.</p>	
--	---	--

<sup>8</sup> Эх сурвалж: *Gender Awareness Handbook* by Gender and Development for Cambodia (GAD/C: Phnom Penh, 2001).



Үнэгний хэл, тогорууны хошуу нь хоёулаа хоол идэхэд зориулагдсан боловч өөр өөр хэлбэртэй учраас хоолоо идэхдээ өөр өөр аргаар иддэг аж. Ийм учраас хоол идэхэд тогоруунд ваар хэрэгтэй бол үнэгэнд таваг хэрэгтэй. Яг үүнтэй адил хүмүүсийн хэрэгцээ ч мөн харилцан адилгүй байдаг. Хэдийгээр хүмүүс адил тэгш боломжоор хангагдсан ч (хэн хэнд нь хоол санал болгосон) үр дүн нь заавал шударга, ижил тэгш байдаггүй (хоол идэх арга ялгаатай).

- Жендэрийн шударга байдал нь эрэгтэй эмэгтэй хүмүүсийн хооронд орших эрх тэгш бус байдал, үүнээс шалтгаалан эмэгтэй хүнийг эрэгтэй хүнээс дорд үзэх явдлыг онцгойлон анхаарч, үүнийг арилгах тухай юм. Энэ хандлага нь эрэгтэй эмэгтэй хүмүүсийн хоорондын эрх мэдлийн харьцааг өөрчлөхөд оршино. Юуны өмнө эмэгтэйчүүдийн эрхийг хангаж, ямар нэгэн нөөц бололцооноос эрчүүдийн адил тэгш хүртэх нөхцөлийг бий болгож, эмэгтэйчүүдийн дуу хоолойг сонсож, сонголт хийх нөхцөлийг нь бүрдүүлж, нийгэм, улс төр, эдийн засгийн шийдвэр гаргах, бодлого тодорхойлох явцад оролцох оролцоог нь нэмэгдүүлж, тэдгээр байгууллагуудыг эмэгтэйчүүдийн өмнө хариуцлага хүлээдэг болгох асуудлууд багтана.

### Жендэрийн мэдрэмжтэй бодлогыг хэрэгжүүлэх үндсэн стратегиуд (GEMS)

Жендэрийн мэдрэмжтэй бодлогыг хэрэгжүүлэх үндсэн стратегиуд (GEMS) нь шийдвэр гаргагчдын зүгээс эрэгтэй эмэгтэй хүмүүсийг тэгш эрхээр хангаж, үр дүнгээс нь мөн адил тэгш боломж хүртэх зорилготой юм. Үүнд:

- Жендэрийн эрх тэгш байдлыг олны анхааралд авчрахын тулд эрэгтэй, эмэгтэй хүмүүсийн хэрэгцээг хангах асуудлыг системтэйгээр судалж, бодлого, хөтөлбөр, төслүүд, төсөв, институцийн үйл ажиллагаандаа нээлттэйгээр тусгаж байх
- Аль аль хүйсийн төлөөлөгчдийн, ялангуяа нийгэм эдийн засаг, улс төрийн хязгаарлалттай илүү тулгардаг эмэгтэйчүүдийн эрх, боломжийг нэмэгдүүлэх замаар эрэгтэй, эмэгтэй хүмүүсийн нөхөн үржихүйн эрхийг хамгаалах, өмнөх үед болон өнөө ч оршин байгаа ялгаварлан гадуурхах үзлийг арилгах жендэрт суурилсан тусгай арга хэмжээ хэрэгжүүлэх
- Эрэгтэй, эмэгтэй хүмүүсийн гэр бүл, ажлын хамт олныхоо өмнө хүлээсэн үүрэг өөр өөр байдаг, үүнээс үүдэж тэдний хэрэгцээ мөн өөр өөр байдгийг харгалзан үзэж, бодит болон стратегийн хэрэгцээг нь хангах

#### Бодит болон стратегийн хэрэгцээ гэж юу вэ?



Бодит хэрэгцээ гэдэг нь амьд явах, хоол унд, хувцас, орон гэр, эрүүл мэнд зэрэг суурь хэрэгцээ юм. Бодит хэрэгцээгээ хангана гэдэг нь ажиллаж амьдрах нөхцөлөө сайжруулна гэсэн үг юм



Стратегийн хэрэгцээ нь эрэгтэй эмэгтэй хүмүүсийг чадавхижуулах, тэр дундаа гэр бүлээ халамжлах, шийдвэр гаргах, сурч боловсрох эрхээ тэнцүү хуваалцах явдал байдаг. Стратеги хэрэгцээг хангана гэдэг нь эрх тэгш бус байдлыг арилгана гэсэн үг.

### Жендэрийн зорилтот үйл ажиллагаа гэж юу вэ?

Охид хөвгүүд, эрэгтэй, эмэгтэй хүний хэрэгцээ өөр өөр байдаг нь тэдний биологийн үүргээс гадна нийгэм дэх жендэрийн хэм хэмжээ, үнэт зүйлс, хэвшмэл ойлголт, дадал заншил зэргээс үүссэн тэгш бус байдалтай холбоотой. Тиймээс жендэрийн эрх тэгш байдлыг бий болгохын тулд тусгайлан үйл ажиллагаа хэрэгжүүлэх зайлшгүй шаардлагатай болдог. Тухайлбал:

- Юуны өмнө **эрэгтэй, эмэгтэй хүний биологийн үүргийг хамгаалах** нь амин чухал асуудал юм. Нөхөн үржихүйн үүрэгтэй эмэгтэй хүнийг жирэмслэхийн өмнө, жирэмсэлсний дараа мөн эсэн мэнд төрөхөд нь зориулж, эрүүл мэндийн онцгой үйлчилгээ үзүүлэх хэрэгтэй.
- **Жендэрийн үнэт зүйлс, хэм хэмжээ, хандлагаас үүдэх тэгш бус байдлыг арилгах.** Хэрвээ тэгш бус байдал харьцангуй их, эрэгтэй эмэгтэй хүний хоорондын тэгш харилцаа хангалттай биш тохиолдолд жендэрийн тэгш бус байдал улам ихсэх магадлалтай юм. Энэ тохиолдолд тэгш бус байдлыг багасгахын тулд онцгой арга хэмжээ авах хэрэгтэй. Жишээлбэл: Хүмүүстэй уулзаж, хүн бүр нийгмийн харилцаанд тэгш эрхтэй оролцох ёстойг ойлгуулан, нөлөөллийн арга хэмжээ авч болно. Ингэснээр охид эмэгтэйчүүдэд нийгэм болон гэр бүлийнхний зүгээс илүү сайн хандан тэдний нийгэмд тэгш эрхтэй оролцох боломж нэмэгдэнэ.



### Жендэрийн зорилтот үйл ажиллагаа гэдэгт дараах зүйлсийг оруулж болно:

- Өнгөрсөн үед ч байсан, одоо ч байсаар байгаа ялгаварлан гадуурхах үзлийг арилгах зорилготой, богино хугацаанд хэрэгжүүлж болох **эерэг арга хэмжээнүүд** юм. Энэ үйл ажиллагаа нь ялгаварлан гадуурхагдаж байгаа бүлэг хүмүүсээс хэдэн хүн сонгон тэр хүмүүст тодорхой хугацаанд хөтөлбөрт хамрагдах боломж олгох хэлбэрээр хэрэгждэг. Олон улсын хэмжээнд жендэрийн эрх тэгш байдлыг хангахад их үр дүнтэй хэмээн хүлээн зөвшөөрсөн байна.
- Тухайн соёлд тогтсон хэм хэмжээ, үнэт зүйлс нь эмэгтэйчүүдийг аливаа үйл ажиллагаанд тэгш эрхтэй орох боломжийг хязгаарлаж байгаа тохиолдолд **эмэгтэйчүүдэд чиглэсэн тусгай арга хэмжээ** хэрэгжүүлэх шаардлагатай болдог. Энэ нь эмэгтэйчүүдийг өөрсдийн давуу талаа таньж, хөгжүүлэх бололцоог бий болгон, алив саад бэрхшээлийг даван туулах арга замыг хамтдаа эрэлхийлж, өөртөө итгэлтэй болгоход тусалдаг давуу талтай.
- Хүйсийн эрх тэгш байдлыг бий болгоход эрэгтэй, эмэгтэй хүмүүсийн хэн хэнийх нь оролцоо шаардлагатай байдаг учир **эрэгтэйчүүдэд чиглэсэн тусгай арга хэмжээ** ихэд чухал. Өрхийн тэргүүн, нөхөр болоод эцгийн хувьд шийдвэр гаргах эрх мэдэл эрэгтэйчүүдэд илүү байдаг учраас хүйсийн тэгш байдлыг бий болгоход адилхан хариуцлага үүрэх, түүний төлөө эмэгтэйчүүдтэй хамтран зүтгэх хэрэгтэйг тэдэнд ойлгуулах ёстой.

## Жендэрийн зорилтот үйл ажиллагааны жишээ

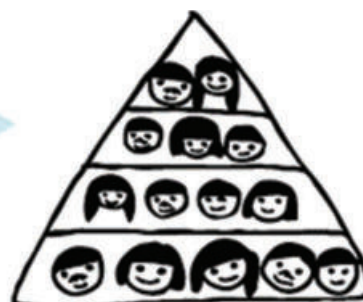
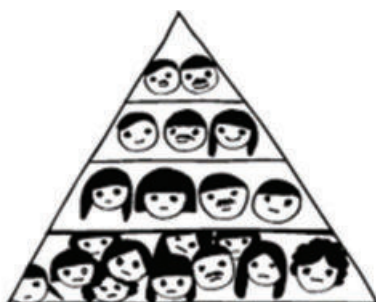


- Ихэнх улсын хуульд эрэгтэй, эмэгтэй хүүхэд сурах боломжоор адилхан хангагдах ёстой тухай заагдсан байдаг боловч энэ нь тэр бүр амьдралд хэрэгждэггүй байна. Зарим эцэг эх охидын хувьд боловсрол эзэмших нь тийм ч чухал биш гэж үздэг бол, зарим нь охидоо гэрээсээ хол явуулах дургүй байдагтай холбоотой ажээ. Энэ тохиолдолд охидыг хөвгүүдийн адил сургуульд хамруулахын тулд нэмэлт арга хэмжээг авдаг. Тухайлбал:

- ✓ Сургуульд хамрагдах охидын тоог нэмэгдүүлэхийн тулд хугацаагаар хязгаарласан зорилтот үзүүлэлтүүдийг тогтоох
- ✓ Охидын боловсрол эзэмших асуудалд эцэг, эх, хүүхдүүдийн хандлагыг өөрчлөх
- ✓ Гэрээсээ хол сурч байгаа охидод таатай орчныг бий болгох
- ✓ Тухайн орон нутагт нь сургууль байгуулах гэх мэт.



- Ихэнх улс орон өөрсдийн хууль тогтоомждоо эрэгтэй, эмэгтэй хүмүүс нийгмийн харилцаанд тэгш эрхтэй оролцож, өөрсдөд нь хамаарах асуудлаар шийдвэр гаргахдаа тэгш эрхтэй саналаа оруулах тухай тусгасан байдаг. Гэтэл амьдрал дээр маш цөөхөн эмэгтэй хүн шийдвэр гаргах түвшинд ажиллаж байгаа юм. Үүний гол шалтгаан нь эмэгтэйчүүдийг гэрийн ажил хийж завгүй байдаг, харин эрэгтэйчүүдийг олон нийтийн, нийгмийн асуудлыг шийдэх хэрэгтэй гэж үздэгтэй холбоотой. Энэ нь нийгэм дэх олон асуудал ихэвчлэн эрэгтэй хүний үзэл бодлын дагуу шийдэгдэж, эмэгтэйчүүдийн саналыг тусгахгүй байна гэсэн үг юм. Энэ тохиолдолд тэгш бус байдлыг арилгахын тулд дараах зүйлд анхаарлаа хандуулах хэрэгтэй:
- ✓ Олон нийтийн ойлголтыг дээшлүүлж, эмэгтэйчүүдийг дэмжих
- ✓ Аливаа сум, хороонд 1/3 нь эмэгтэй байх хэрэгтэй гэсэн стандарт тогтоож, энэ зорилгод хүрэх арга хэмжээ авах
- ✓ Эмэгтэйчүүдийн боловсролд анхаарч, тэдэнд удирдах албан тушаалд ажиллах боломж олгох гэх мэт.



## Г. Хүйсийн баримжаа ба бэлгийн чиг баримжаа

### Хүйсийн баримжаа

Хүйсийн баримжаа гэдэг нь охин эсвэл хүү, эмэгтэй эсвэл эрэгтэй гэдгээ мэдрэх хүний дотоод мэдрэхүй. Трансжендэр хүмүүсийн өөрийгөө мэдрэх, өөрийгөө тодорхойлох хүйс нь тэдний төрөхөд тэмдэглэгдсэн хүйстэй нийцдэггүй. Хүн бүр хүйсийн өвөрмөц мэдрэмжтэй байдаг. Тухайн хүний хүйсийн баримжаа төрөхөд нь тэмдэглэгдсэн хүйстэй тохирсон байх албагүй. Хүйсийн баримжаа нь жендэрийн үүрэг, нийгэмд эрэгтэй/эмэгтэй хүмүүсийн биеэ авч явах байдалтай холбоотой.

## Бэлгийн чиг баримжаа

Хувь хүний хэн нэгэнд бие махбод, хайр дурлал, сэтгэл санаагаар татагдах үзэгдэл. Ихэнх хүмүүс эсрэг хүйсийн хүндээ татагддаг ч зарим хүн ижил хүйсийн хүнд эсвэл аль аль хүйсийн хүнд татагддаг. Мөн аль ч хүйсийн хүнд татагддаггүй бол “асексуал” гэдэг.

Хэн нэгэнд татагдах нь тэр хүнтэй бэлгийн харилцаанд орсон гэсэн үг биш. Зарим хүмүүс залуу насандаа хэсэг хугацаанд ижил хүйсийн харилцаатай байдаг. Заримдаа энэ байдлаар өөрийн бэлгийн чиг баримжааны талаар мэдэж авдаг. Хүмүүс хэнд татагдахаа сонгодоггүй. Гэхдээ хэнтэй бэлгийн харилцаанд орох вэ гэдгээ шийдэж, сонгож болдог. Гей хүмүүс нь ямар нэгэн асуудал эсвэл өвчин эмгэгийн улмаас ижил хүйсийнхэндээ татагддаг юм биш. Тэд ердөө л ийм төрдөг. Тэд ихэвчлэн гутаан доромжлол, сөрөг хандлагатай тулгардаг боловч шударга хандлага хүртэх, тэгш эрх эдлэх ёстой. Судалгаагаар арав орчим хүний нэг нь ижил хүйстэн байж болно гэжээ.

**Лесбиян:** Бие махбод, хайр сэтгэл, сэтгэл хөдлөлийн хувьд ижил хүйсийнхээ хүнд татагддаг эмэгтэйчүүдийг тодорхойлдог нэр.

**Гей:** Бие махбод, хайр дурлал, сэтгэл хөдлөлийн хувьд ижил хүйсийнхээ хүмүүст татагддаг эрэгтэйчүүдийг тодорхойлдог тэмдэг нэр. Азид зөвхөн эрэгтэй хүнд хамаатуулдаг бол барууны улсуудад ижил хүйстэндээ татагддаг эмэгтэйг ч мөн нэрлэдэг.

**Бисексуал:** Бие махбод, хайр дурлал, сэтгэл хөдлөлийн хувьд эрэгтэй, эмэгтэй хүмүүсийн аль алинд нь татагддаг хүмүүс.

**Трансжендэр:** Заримдаа “транс” гэж товчилдог энэхүү нэр томъёо өөрийн хүйсээ төрөхөд тэмдэглэгдсэн хүйсээсээ өөрөөр тодорхойлдог хүмүүсийг хэлдэг. Төрөхөд тэмдэглэгдсэн хүйс нь эмэгтэй хэдий ч өөрийгөө эрэгтэй хэмээн мэдэрч, тодорхойлж байгаа хүнийг трансжендэр эрэгтэй гэнэ. Тэрээр өөрийгөө тодорхойлохдоо “эрэгтэй” гэсэн үгийг хэрэглэж болно. Трансжендэр эмэгтэй гэдэг нь төрөхөд тэмдэглэгдсэн хүйс нь эрэгтэй хэдий ч өөрийгөө эмэгтэй хэмээн мэдэрч, тодорхойлж байгаа хүнийг хэлнэ. Тэрээр өөрийгөө тодорхойлохдоо “эмэгтэй” гэсэн үгийг хэрэглэж болно.

**Интерсекс:** Эр эсвэл эм хүйсийн хэвшмэл ойлголтод багтдаггүй хүйсийн шинж тэмдэгтэй төрсөн хүнийг хэлдэг. Интерсекс шинж тэмдэг нь хүний бие махбодын ялгаатай байдлын энгийн, биологийн илрэл. Интерсекс байдал олон янзаар илэрч болно. Бүх интерсекс хүмүүсийн интерсекс шинж тэмдэг төрөхөд нь эсвэл нялхад нь илэрдэггүй. Интерсекс байдал эхийн хэвлийд, анх төрөхөд, бэлгийн бойжилт эхлэхэд эсвэл насанд хүрсний дараа ч илэрч болдог. Зарим нэг хромосомын өөрчлөлт бүхий интерсекс шинж байдал гадна талд огт илрэхгүй байх нь бий. Эдгээр хүмүүс гетеросексуал, гей, лесбиян, бисексуал, асексуал ямар ч байж болох бөгөөд өөрсдийгөө эрэгтэй, эмэгтэй эсвэл аль аль хүйсийнх эсвэл аль нь ч биш гэдэг. Зарим интерсекс хүмүүс өөрсдийгөө трансжендэр гэж тодорхойлдог.

## Бид яагаад ЛГБТИ хүмүүсийн талаар ярих хэрэгтэй вэ?

ЛГБТИ хүмүүс ерөнхийдөө амьдралдаа маш олон салбар, нийгэмд ялгаварлан гадуурхалд өртдөг. Ихэвчлэн тэд гэртээ, сургууль, ажил, олон нийтийн газруудад ялгаварлан гадуурхал, дарамттай тулгардаг. Энэ нь ЛГБТИ хүмүүсийн боловсрол, ажлын байрны боломж, эрүүл мэнд, сайн сайхан байдалд ноцтой үр дагавартай байдаг.

Ялангуяа трансжендэр хүмүүс эргэн тойрныхоо хүмүүсээс маш их ялгаварлан гадуурхалт, дарамтыг мэдэрдэг. Трансжендэр хүмүүсийг хууль ёсны дагуу хүлээн зөвшөөрч байгаа улс орны тоо нэмэгдэж байна. Ингэснээр хүмүүс иргэний үнэмлэх, бичиг баримтдаа трансжендэр болохыг хууль ёсоор тодорхойлж болно гэсэн үг юм. Олон улс орнууд интерсекс шинж чанарыг хүлээн зөвшөөрч байгаа бөгөөд интерсекс шинжтэй төрсөн хүүхдийг зөвхөн эрэгтэй эсвэл эмэгтэй гэж бүртгэхийг шаарддаггүй, өссөн хойноо өөрөө хүсвэл хүйсээ сонгохыг зөвшөөрдөг байна.

## Д. Ялгаварлан гадуурхалт

Ялгаварлан гадуурхалт болон тэгш байдал нь нэг зоосны хоёр тал юм. Ялгаварлан гадуурхалт нь тэгш байдлын эсрэг зүйл бөгөөд тэгш бус байдлаар хандахыг хэлнэ. Ялгаварлан гадуурхалт гэдэг нь тухайн хүний харьяалагддаг бүлэг, анги, ангилалд үндэслэн тааламжгүй байдлаар ялгаа (шийдвэр) гаргах үйлдэл юм. Ялгаварлан гадуурхалт нь тухайн хүний харьяалагддаг бүлэг, хэвшмэл байдал, ойлголтоос болж хувь хүн эсвэл бүлэг хүмүүст бусдаас өөр байдлаар хандаж, харилцах үйлдэл юм. Тухайлбал, эмэгтэй хүмүүс удирдах, манлайлах чадваргүй хэмээн үзэж, тэднийг удирдах албан тушаалд дэвшүүлэхгүй байх нь жендэрийн хувьд ялгаварлан гадуурхаж буйн жишээ юм. ЛГБТИ хүмүүсийн бэлгийн чиг баримжааг “зүй бус, гаж” гэж үздэг тул олон нийт сөргөөр ханддаг. Гэвч энэ нь бодит баримт бус, харин буруу ташаа үзэл юм.

Ажлын байран дээрх ялгаварлан гадуурхалт нь ажилчдад тэгш бус хандах, адил тэгш боломж олгохгүй байх явдал юм. Ажлын байран дээрх жендэрийн ялгаварлан гадуурхалтын энгийн жишээ нь яг ижил ажил хийсэн ч эрэгтэй хүмүүс эмэгтэй хүнээс, нутгийн иргэн цагаачлан ирсэн иргэнээс илүү цалин авах юм. Цалингийн ялгаатай байдлаас гадна ажилчид ажлын байран дээр дараах ялгаварлан гадуурхалтанд өртдөг байна:

- *Жирэмсний ялгаварлал.* Ихэнх эмэгтэйчүүд ажил эрхлэх насан дээрээ ажил хийж чадахгүй байна. Энэ нь жирэмслэлттэй холбоотой. Эмэгтэй хүн жирэмслэхэд нь ажлаас халах, гэрээг нь цуцлах тохиолдол бий. Эсвэл тэдний хөдөлмөрийн гэрээн дээр жирэмслэх эсвэл хүнтэй гэрлэж болохгүй гэсэн заалт заасан байдаг. Хэрэв ажил олгогч жирэмсэн гэдгийг нь мэдэх юм бол шууд өөр хүнийг тэр ажилд томилдог
- *Гэр бүлийн үүрэг хариуцлага.* Залуу хүүхэдтэй эмэгтэй ажил олоход хүндрэлтэй байдаг. Учир нь олон нийгэмд гэрийн ажил, гэр бүлээ авч явах нь эмэгтэй хүний ажил гэж үзсээр байгаа юм. Ихэнх ажил олгогчид нөхөн үржихүйн насны эмэгтэйчүүдийг ажилд авах дургүй байдаг бөгөөд ээжүүдээс аавууд ажил хийх илүү чадвартай гэж үздэг.
- *Нийгэм дэхь жендэрийн хэвшмэл ойлголт.* Эрэгтэйчүүдтэй харьцуулахад эмэгтэйчүүд бага цалинтай, хязгаарлагдмал хүрээнд ажил эрхлэх боломжтой байдаг. Эмэгтэйчүүд ихэвчлэн албан бус салбарт ажиллах нь түгээмэл. Гэрийн үйлчилгээний ажил эрхэлдэг эмэгтэйчүүд хууль эрх зүйн ямар ч хамгаалалтгүй байдаг.
- Бангладеш, Камбож, Макао, Сингапур, Тайланд, Арабын ихэнх улс оронд дотоодын болон цагаач ажилчдад үйлчдвэрчний эвлэл, холбоо байгуулахыг зөвшөөрдөггүй.

## Е. Жендэрт суурилсан хүчирхийлэл

### Жендэрт суурилсан хүчирхийлэл гэж юу вэ?

Жендэрт суурилсан хүчирхийлэл гэдэг нь хүйсийн тэгш бус байдлаас үүссэн, түүнийг нэмэгдүүлэхэд нөлөөлж байгаа хүчирхийллийн аль ч хэлбэр юм. Олонд хүлээн зөвшөөрөгдсөн жендэрийн хэм хэмжээнд нийцээгүй хүмүүс хүчирхийлэлд өртөх магадлалтай байдаг. Охид, эмэгтэйчүүд, ЛГБТИ хүмүүсийн эсрэг хүчирхийлэл бол жендэрт суурилсан хүчирхийлэл юм. Жендэрийн хүчирхийлэл нь хүний үндсэн эрхийг зөрчиж байгаа хэрэг бөгөөд нийгмийн эрүүл мэндийн тулгамдсан асуудал болдог. Жендэрт суурилсан хүчирхийлэл нь эрэгтэй хүний хяналт давамгайллын талаарх соёлын хэм хэмжээг тусгаж, эрэгтэй хүнийг илүүд үзэх хандлагыг бэхжүүлдэг.

Эрэгтэйчүүд дайн, иргэдийн зөрчилдөөн, хорих анги, дээрмийн бүлгийн хүчирхийллийн хохирогч болж байхад эмэгтэйчүүд гэр дотроо буюу хувь хүн хоорондын хүчирхийлэлд өртөж байна. Охид, эмэгтэйчүүд өөрсдийн таньдаг хүмүүс, хамтрагчийнхаа хүчирхийлэлд өртөмтгий байдаг. Эмэгтэйчүүд хүчирхийлэл, хүчин гэх мэт бэлгийн дарамтаас гадна мөн зодох, аминд нь хүрэх зэрэг хүчирхийлэлд өртдөг.

Олон охид эмэгтэйчүүд хөвгүүд, эрэгтэйчүүдийн хүчирхийлэл нь эр хүний хайр, хамгааллын илэрхийлэл гэж ойлгож хүмүүждэг. Зарим хүмүүс хүчирхийлэгчийг бус хүчирхийллийн хохирогчийг буруутгах хандлагатай байдаг. Хүн бүр хүчирхийллээс ангид байхыг хүсдэг ба хэрэв хүчирхийлэлгүй байвал илүү өөрийнхөөрөө байж чаддаг.

### Жендэрт суурилсан хүчирхийлэлд хэрхэн хандах вэ?

Хүмүүс хүчирхийлэл, түүний дотор бэлгийн хүчирхийллээс ангид амьдрах эрхтэй гэдгээ мэддэг байх нь жендэрт суурилсан хүчирхийллийг бууруулахын тулд хийх зүйлийн нэг юм. Бүх хүмүүс жендэрт суурилсан хүчирхийлэлтэй холбоотой асуудлууд, түүний дотор бэлгийн хүчирхийллийн талаар найз нөхөд, гэр бүл, бэлгийн хамтрагчтайгаа харилцан ярилцах замаар чадвараа хөгжүүлж байдаг. Дараах зөвлөмжүүдийг өгч болно:

- Зөрчилдөөн, маргааныг хүчирхийлэл хэрэглэхгүйгээр өөрийн бодлоо хүндэтгэлтэй, зөвөөр илэрхийлж сурах
- Жендэрт суурилсан хүчирхийллийн даван туулагчдыг дэмжих. Тусламж хүссэн хүмүүст туслах
- Хохирогчийг буруутгах, хүчирхийллийг даамжруулж буй хандлагыг өөрчлөх
- Олон талт ялгаатай байдлыг хүндэтгэх, түрэмгий зан авиргүй хөвгүүд, залуучуудыг дэмжих
- Хүчирхийллийг өдөөдөг жендэрийн хэм хэмжээ, хүчирхийлэл үйлдэх хүрээ, бүх хүмүүст хүчирхийллээс ангид амьдрах эрхийн талаар мэдээлэл өгч, хүчирхийллийг бууруулахад үүрэг хариуцлагын ач холбогдлыг мэдүүлэх, хамтран ажиллах.

## Ё. Нэр томъёоны тайлбар

- **Дээрэлхэлт:** Биет үйлдлүүд, үгэн халдлага, харилцааны үйлдлээр хэн нэгний бие махбод, сэтгэл санаанд санаатайгаар гэмтэл зовиур, тав тухгүй байдлыг бий болгодог, байнгын давтамжтайгаар дайрч доромжлох үйлдэл юм. Дээрэлхэлт нь хүчний тэнцвэргүй байдалтай холбоотой.
- **Хүүхдийн хөдөлмөр:** Энэ нь хүүхдийн ажил хөдөлмөрийн хүлээн зөвшөөрч боломгүй хэлбэр бөгөөд хүүхэд нас, хүүхдийн хөгжих боломж, эрхэм чанарыг нь үгүйсгэж, тэдний бие бялдар, оюун ухааны хөгжилд сөргөөр нөлөөлдөг. Хүүхдийн хөдөлмөрт ажилд авах насны доод хязгаарт хүрээгүй хүүхдийн хийх хөдөлмөр, ажлын шинж чанар, түүнийг гүйцэтгэх нөхцөл нь хүүхдийн эрүүл мэнд, аюулгүй байдал, ёс суртахуунд хор нөлөө үзүүлэх аюултай ажил болон

хүүхдийн хөдөлмөрийн тэвчишгүй хэлбэрүүд хамаарна. Олон улсын хөдөлмөрийн байгууллага хүүхдийн хөдөлмөрийн эдгээр хэлбэрийг устгахын тулд үйл ажиллагаа хэрэгжүүлж байна. “Хүүхдийн хөдөлмөрийн тэвчишгүй хэлбэр” гэдэгт боолчлолын бүх хэлбэр болон хүүхдийг худалдах, дамжуулан худалдах, өрийн төлөөс, хамжлагын албат болгох, хүчээр буюу албадан хөдөлмөрлүүлэх, түүний дотор зэвсэгт мөргөлдөөнд ашиглах зорилгоор хүчээр буюу албадан оролцуулах; хүүхдийг биеэ үнэлэх, садар самуун сурталчилгааны үйлдвэрлэл буюу садар самуун үзүүлбэрт ашиглах, зуучлах, санал болгох; олон улсын холбогдох гэрээнд тодорхойлсноор хүүхдийг мансууруулах бодис үйлдвэрлэх, хил дамжуулан худалдах зэрэг хууль бус үйл ажиллагаанд ашиглах, зуучлах, санал болгох; ажлын шинж чанар, түүнийг гүйцэтгэх нөхцөл нь хүүхдийн эрүүл мэнд, аюулгүй байдал, ёс суртахуунд хор нөлөө үзүүлэх ажил хамаарна.

- **Конвенцууд:** Конвенц нь Олон Улсын Хөдөлмөрийн Байгууллага болон гишүүн орнуудын хоорондох хууль ёсны гэрээ юм. Энэхүү конвенцуудыг эхлээд Олон Улсын Хөдөлмөрийн Бага хурал, ОУХБ-ын гишүүн орны засгийн газар, ажил олгогч, ажилчдын төлөөлөл оролцон баталдаг. Конвенцуудыг “соёрхон баталж” эсвэл гарын үсэг зурсан улс орнууд үндэсний хууль тогтоомжид энэхүү конвенцын агуулга нь тусгагдсан эсэхийг баталгаажуулах шаардлагатай. ОУХБ одоогоор 190 конвенцтой бөгөөд эдгээр нь бүгд хөдөлмөрийн орчинд нийгмийн шударга ёсыг хамгаалдаг.
- **Цахим дээрэлхэлт:** Нийгмийн сүлжээ, цахим харилцаа холбоог ашиглан айлган сүрдүүлэх буюу заналхийлэх шинж чанартай мессеж илгээх замаар хүнийг дарамтлах үйлдэл.
- **Өрийн боолчлол:** Албадан хөдөлмөрийн нэг хэлбэр бөгөөд хүний үндсэн эрхийг зөрчиж байгаа хэрэг юм. Өрийн барьцаа болгон хөдөлмөр хийхийг шаардах тохиолдолд өрийн боолчлол бий болдог. Өрийн боолчлолын хохирогчид нь ихэвчлэн бага цалинтай эсвэл огт цалингүй ажилладаг нь өрөө барагдуулах боломжгүй болгодог. Зарим хохирогчид өрийн сүлжээнд орж, бүх насаараа ажиллаад ч тэр сүлжээнээс гарч чаддаггүй. Заримдаа гэр бүлийн бүх гишүүд хохирдог бөгөөд зарим тохиолдолд хүүхдүүд нь эцэг эхийнхээ өрийг “өвлөн” авдаг.
- **Зохистой хөдөлмөр:** Адил тэгш эрх эдлэх нөхцөлтэй, хангалттай орлого олохуйц, нийгмийн хамгаалалд хамрагдсан үр бүтээлтэй ажил хөдөлмөр. Түүнчлэн бүх хүнд орлого олох боломж хүртээмжтэй байна гэсэн үг.
- **Ялгаварлан гадуурхалт:** Хүмүүст ялгаатай хандах, шударга бус хандах тохиолдолд ялгаварлан гадуурхалт үүсэж бий болно. Хөдөлмөрийн харилцаан дахь ялгаварлан гадуурхалт нь зарим хүмүүс эсвэл нийгмийн бүлэгт хязгаарлал бий болгох, адил тэгш боломж олгохгүй байх зэргээр илэрнэ. Хүмүүс хүйс, арьсны өнгө, улс төрийн үзэл бодол, нийгмийн гарал үүсэл зэрэг янз бүрийн үндэслэлээр ялгаварлан гадуурхалтад өртдөг.
- **Ажил эрхлэлт:** Ажил олгогч, ажиллагч хоёрын хооронд байгуулсан гэрээ хэлэлцээрийн дагуу цалин хөлстэй хөдөлмөр эрхлэх, үйлчилгээ үзүүлэхийг хэлнэ.
- **Албадан хөдөлмөр:** Ямар нэг торгууль шийтгэл ногдуулахаар заналхийлж аливаа иргэнээс өөрийгөө сайн дураар санал болгоогүй байхад шаардах аливаа ажил, үйлчилгээ. Хүмүүсийг заналхийлэх, бие махбодын болон бэлгийн хүчирхийлэл хэрэглэх замаар албадан хөдөлмөр эрхлүүлж болно. Заримдаа хохирогчийн хөдөлгөөнийг хязгаарлаж, зарим тохиолдолд өрийн төлөөс, хамжлагын албат болгодог. Албадан хөдөлмөр нь олон арга хэлбэртэй байж болно.
- **Эвлэлдэн нэгдэх эрх чөлөө:** Ажил хөдөлмөртэй холбоотой ашиг сонирхлоо хамгаалах зорилгоор ажиллагчид болон ажил олгогчид өөрсдийн сонголтоор байгууллага байгуулах эсвэл түүнд нэгдэн орох эрхтэй. Эвлэлдэн нэгдэх эрх чөлөөг илэрхийлэх гол арга нь хамтын хэлэлцээр юм. Хүний энэхүү үндсэн эрх нь үзэл бодлоо чөлөөтэй илэрхийлэх эрхтэй хосолж, ардчилсан төлөөлөл, засаглалын үндэс суурь болдог. Хүмүүс өөртөө шууд хамааралтай

асуудалд нөлөөлөх эрхээ хэрэгжүүлэх боломжоор хангагдсан байх ёстой. Өөрөөр хэлбэл хүн бүрийн дуу хоолойг сонсож, харгалзах хэрэгтэй.

- **Жендэр:** Эрэгтэй, эмэгтэй хүмүүсийн хоорондын нийгмийн ялгаа. Энэхүү ялгаа нь цаг хугацааны явцад өөрчлөгдөж, улс хооронд, соёлын хооронд ялгаатай байхаас гадна нэг улс орон соёлын хүрээнд ч ялгаатай байдаг. ОУХБ-ын өнөөгийн гол зорилго нь эрэгтэй, эмэгтэй бүх хүмүүсийн зохистой хөдөлмөр эрхлэлтийг дэмжихэд оршино. Энэ нь эрх чөлөө, эрх тэгш байдал, аюулгүй байдал, хүний нэр төрийг дээдэлсэн нөхцөлд хийгдэх үр бүтээлтэй хөдөлмөр бөгөөд эрэгтэй, эмэгтэй бүх хүн ийм хөдөлмөр эрхлэх тэгш боломжтой байна.
- **Дарамт:** Бусдыг гутаан доромжилсон зохисгүй, хүсэмгүй зан үйл юм. Дарамт нь хүнийг бухимдуулах, түгшиж зовоох, айлган сүрдүүлэх, гутаан доромжлох, ичээх эсвэл айдас түгшүүртэй, дайсагнасан эсвэл доромжилсон орчин уур амьсгалыг бий болгох үг яриа, дохио зангаа, үйлдлээр илэрдэг.
- **Албан бус эдийн засаг:** Хуулийн дагуу эсвэл бодит байдал дээр албан ёсны зохицуулалтад хамрагддаггүй эсвэл хамрагдалт нь хангалтгүй байдаг бүхий л үйл ажиллагаа. Албан бус эдийн засаг нь албан ёсны зохицуулалтад хамрагдаагүй албан бус ажлын байр, үйлдвэрлэлийн нэгж, ажилчдыг хамардаг. Хөдөлмөрийн харилцаа нь хүлээн зөвшөөрөгдөөгүй эсвэл албан ёсны зохицуулалтад хамрагдаагүй байна.
- **Мэдээлэлд суурилсан зөвшөөрөл:** Судалгаанд оролцох эсвэл үйлчилгээ үзүүлэхэд сайн дураараа оролцох зөвшөөрөл авах үйл явц
- **Шилжин суурьших:** Нэг хотоос эсвэл улсаас нөгөө рүү шилжих хөдөлгөөн. Глобалчлалын нэг онцлог бол хөдөлмөр эрхлэх зорилготой шилжилт хөдөлгөөн юм. Сүүлийн жилүүдэд гадаадаас ажиллах хүч авдаг улс орны тоо бараг хоёр дахин нэмэгдсэн байна. Шилжин суурьшилтыг цэгцлэхийн тулд хууль тогтоомж, бодлого, практик, захиргааны бүтцийг бий болгох, шинэчлэх, боловсронгуй болгох шаардлагыг улс орны засгийн газрууд хүлээн зөвшөөрч байна. Үүнийг хоёр талын гэрээ эсвэл бүс нутгийн гэрээгээр дамжуулан хяналтын арга хэмжээнээс давах, хүний эрхийг хүндлэх, илгээгч болон хүлээн авагч улс орнуудын хоорондын хамтын ажиллагааг бэхжүүлэх шаардлагыг ойлгох замаар хэрэгжүүлэх боломжтой.
- **Нөхөн үржихүйн эрүүл мэнд:** Нөхөн үржихүйн эрүүл мэнд нь хүний нөхөн үржихүйн эрхтэн тогтолцоо өвчин эмгэггүй, эрүүл байх төдийгүй бие бялдар, оюун санаа, нийгмийн талаар бүрэн төгс байх тухай цогц ойлголт юм. Нөхөн үржихүйн эрүүл мэнд нь нөхөн үржихүйн үйл явц, үйл ажиллагаа, тогтолцоог амьдралын бүхий л шатанд авч үздэг бөгөөд хосууд сэтгэл ханамжтай, аюулгүй бэлгийн амьдралтай байх, хэзээ, хэдэн хүүхэд төрүүлэх, өсгөх асуудлаа чөлөөтэй шийдвэрлэх боломжтой байхыг хэлнэ.
- **Нөхөн үржихүйн эрх:** Хосууд, хувь хүмүүс хүүхдийн тоо, төрөлт хоорондын зайг чөлөөтэй, хариуцлагатай шийдвэрлэх, эрхээ эдлэхэд шаардлагатай мэдээлэл, боловсрол, арга хэрэгслийг олж авах, бэлгийн болон нөхөн үржихүйн эрүүл мэндийн чанартай үйлчилгээ тусламж авах эрхтэй. Түүнчлэн хүний эрхийн талаарх эрх зүйн баримт бичигт тусгагдсанаар ялгаварлан гадуурхалт, албадлага, хүчирхийлэлгүйгээр хэзээ, хэдэн хүүхэд төрүүлэх шийдвэр гаргах эрхтэй байна.
- **Бэлгийн эрүүл мэнд:** Бэлгийн харилцаатай холбоотой бие махбод, сэтгэл санаа, сэтгэц болон нийгмийн сайн сайхан байдал. Энэ нь зөвхөн өвчин эмгэггүй байна гэсэн үг биш юм. Бэлгийн эрүүл мэнд нь бэлгийн амьдрал, бэлгийн харилцаанд эерэг, хүндэтгэлтэй хандах; албадлага, ялгаварлан гадуурхалт, дарамт хүчирхийллээс чөлөөтэй, аюулгүй, сэтгэл хангалуун бэлгийн амьдралтай байхыг ойлгодог. Бэлгийн эрүүл мэндээ хамгаалж хадгалахад бүх хүний бэлгийн эрхийг хүндлэх, хамгаалах, хэрэгжүүлэх хэрэгтэй.



- **Хууль бусаар хилээр нэвтрүүлэн гаргах:** Гаалийн хяналтаас гадуур бараа болон хүмүүсийг хууль бусаар улс орны эсвэл олон улсын хилээр гаргах, оруулах, дамжин өнгөрүүлэх үйлдлийг ойлгоно. Улсын хилээр хүмүүсийг хууль бусаар нэвтрүүлэх нь хууль бус ашигтай үйл ажиллагаа болжээ (Хүн худалдаалах гэмт хэрэг болон хүмүүсийг хууль бусаар хил нэвтрүүлэхийн ялгааг гаргах нь зүйтэй. Хүн худалдаалах гэмт хэргийн хохирогч нь хүний наймаачдын хяналт дор байдаг бол хууль бусаар хилээр нэвтрэн гаргаж буй хүмүүс шилжин суурьшигчдад тухайн улс оронд нууцаар нэвтрэн орохыг нь хөнгөвчилдөг).
- **Нийгмийн хамгаалал:** Нийгмийн хамгаалал багатай эмзэг бүлгийн хүмүүст боловсрол, мэргэжлийн бэлтгэл, зээл, ажил эрхлэлт хүртээмж багатай байдаг. Үүнийг багасгахын тулд ОУХБ түүний шалтгаан, шинж тэмдгийг арилгах чиглэлээр ажиллаж байна.
- **Хүн худалдаалах гэмт хэрэг:** Палермогийн протоколын (хүн худалдаалах, ялангуяа эмэгтэйчүүд, хүүхдүүдийг худалдаалах гэмт хэргээс урьдчилан сэргийлэх, таслан зогсоох тухай, 2000 он) дагуу хүнийг биеийг нь үнэлүүлэх, бусад хэлбэрээр бэлгийн мөлжлөг, хүчирхийлэлд оруулах, боолчлох, түүнтэй ижил төсөөтэй нөхцөлд байлгах, хууль бусаар албадан хөдөлмөрлүүлэх, эд эрхтнийг нь авч ашиглах мөлжих зорилгоор хүнд хүч хэрэглэх, хүч хэрэглэхээр заналхийлэх, хулгайлах, залилах, хууран мэхлэх, эрх мэдлээ урвуулан ашиглах, эмзэг байдлыг нь далимдуулах, түүнчлэн өөр хүнийг хяналтандаа байлгаж байгаа этгээдийн зөвшөөрөл авахын тулд төлбөр төлөх, хахуульдах аргаар хүнийг элсүүлсэн, тээвэрлэсэн, нуун далдалсан, дамжуулсан, хүлээн авсан хууль бус үйлдлийг хэлнэ. Дээрх аргын аль нэгийг хэрэглэсэн тохиолдолд хүний наймаачдын хохирогчийн зөвшөөрлийг хэрэгсэхгүй.

## УНШИХ МАТЕРИАЛ:

Bauer, Susanne, Finnegan, Gerry & Haspels, Nelien, *Gender and Entrepreneurship Together: GET Ahead for Women in Enterprise Training Package and Resource Kit (GET Ahead Package)*, ILO: Bangkok, Berlin and Geneva, 2004.

Gender and Development for Cambodia (GAD/C), *Gender Awareness Handbook*, GAD/C: Phnom Penh, 2001.

Haspels, Nelien & Suriyasarn, Busakorn, *Promotion of Gender Equality in Action against Child Labour and Trafficking, A Practical Guide for Organizations (GECL Guide)*, ILO: Bangkok, 2003.

ILO, *ABC of Women Workers' Rights and Gender Equality*, ILO: Geneva, 2000,

ILO, *Budget Smart – Financial Education for Migrant Workers and their Families*, ILO: Bangkok, 2011.

ILO, *Gender and Entrepreneurship Together: GET Ahead for Women Enterprise Training Package and Resource Kit (GET Ahead Package)*, ILO: Bangkok, 2008.

ILO, *Gender Mainstreaming Strategies in Decent Work Promotion: Programming Tools, GEMS Toolkit*, ILO: Bangkok, 2010.

ILO, *Declarations on Fundamental Principles and Rights at Work. ILO Terminology*. [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---asia/---ro-mangkok/documents/publication/wcms\\_098258.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---asia/---ro-mangkok/documents/publication/wcms_098258.pdf)

ILO, *Unbearable to the Human Heart: Child Trafficking and Action to Eliminate It*, ILO: Geneva, 2005.

ILO, OECD, IOM, UNICEF, *Ending Child Labour, Forced Labour and Human Trafficking in Global Supply Chains*, International Labour Organization, Organization for Economic Co-operation and Development, International Organization for Migration and United Nations Children's Fund, 2019.

Pretty, Jules N., Guijt, Irene, Scoones, Ian & Thompson, John, *A Trainer's Guide for Participatory Learning and Action, IIED Participatory Methodology Series*, Sustainable Agriculture Programme and International Institute for Environment and Development: London, 1995.

Regional Working Group on Child Labour (RWG-CL), *Learning to Work Together: A Handbook for Managers on Facilitating Children's Participation in Actions to Address Child Labour*, RWG-CL: Bangkok, 2003.

Van de Glind, Hans, Pringsulaka, Pringsulaka, Pamornrat & Chen Yonglin, *Participatory Project Design & Monitoring Guidelines, Sections POM 4.1-A and 4.1-D*, ILO Beijing and Bangkok, June 2005.

UNESCO, *International Technical Guidance on Sexuality Education: An evidence-informed approach* (revised ed.). UNESCO, UNAIDS, UNFPA, UNICEF, UNWomen, WHO: Paris, 2018.

UNFPA, *Trainers' Guide for CSE for TVET*, Lao PDR, 2019.

Wisecarver, Jay, *CRP TOT: Materials & Ideas about Training*, Save the Children: Bangkok, June 2002.





## Амьдрах ухааны сургалт

Хүүхэд, залуучууд, гэр бүлийн эрх, үүрэг, оролцоо

## Сургагч багшийн гарын авлага

Энэхүү сургалтын багцыг Европын Холбооны санхүүгийн дэмжлэгтэй хэрэгжиж буй “Олон улсын хөдөлмөрийн хэм хэмжээний нийцэл, тайлагналтын үндэсний чадавхыг бэхжүүлэх замаар Европын Холбооны Хөнгөлөлтийн ерөнхий систем(GSP+)-д Монгол Улсын статусыг тогтвортой хадгалах нь төслийн II үе шат”-ны хүрээнд гаргав. Сургалтын багцад тусгагдсан үзэл бодол нь Европын Холбооны албан ёсны байр суурийг илэрхийлэхгүй болно.

Дэлгэрэнгүй мэдээллийг [www.ilo.org/mongolia](http://www.ilo.org/mongolia) хаягаар авах боломжтой.